

***TREATMENT* RESILIENSI BERBASIS FORMULASI GAMBAR UNTUK
MENINGKATKAN RESILIENSI PADA REMAJA DENGAN ORANG TUA
BERCERAI**

TESIS

Untuk Memenuhi Sebagian Pesyaratan

Memperoleh Derajat Gelar S2

Program Studi Magister Psikologi Profesi



Disusun Oleh :

ADE AYU HARISDIANE PUTRI

NIM: 201710500211016

DIREKTORAT PROGRAM PASCASARJANA

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG

Desember 2019

**TREATMENT RESILIENSI BERBASIS FORMULASI
GAMBAR UNTUK MENINGKATKAN RESILIENSI
PADA REMAJA DENGAN ORANG TUA BERCERAI**

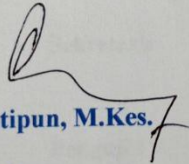
Diajukan oleh :

ADE AYU HARISDIANE PUTRI
201710500211016

Telah disetujui

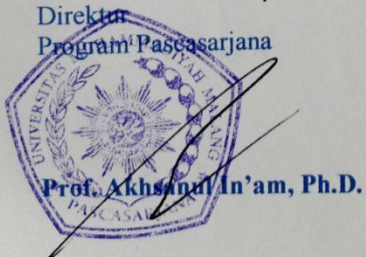
Pada hari/tanggal, **Senin/ 30 Desember 2019**

Pembimbing Utama



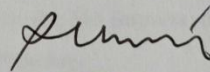
Dr. Latipun, M.Kes.

Direktor
Program Pascasarjana



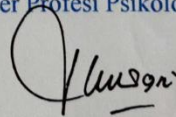
Prof. Akhsanul In'am, Ph.D.

Pembimbing Pendamping



Dr. Rr. Siti Suminarti F, M.Si.

Ketua Program Studi
Magister Profesi Psikologi



Dr. Cahyaning Suryaningrum, M.Si.

TESIS

Dipersiapkan dan disusun oleh :

ADE AYU HARISDIANE PUTRI

201710500211016

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
pada hari/tanggal, Senin/ 30 Desember 2019
dan dinyatakan memenuhi syarat sebagai kelengkapan
memperoleh gelar Magister/Profesi di Program Pascasarjana
Universitas Muhammadiyah Malang

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua	:	Dr. Latipun, M.Kes.
Sekretaris	:	Dr. Rr. Siti Suminarti F, M.Si., Psikolog.
Penguji I	:	Dr. Tulus Winarsunu, M.Si.
Penguji II	:	M. Salis Yuniardi M.Psi, Ph.D.

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya :

Nama : ADE AYU HARISDIANE PUTRI

NIM : 201710500211016

Program Studi : Magister Psikologi Profesi

Dengan ini menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa :

1. TESIS dengan judul : **TREATMENT RESILIENSI BERBASIS FORMULASI GAMBAR UNTUK MENINGKATKAN RESILIENSI PADA REMAJA DENGAN ORANG TUA BERCERAI** Adalah karya saya dan dalam naskah Tesis ini tidak terdapat karya ilmiah yang pernah diajukan oleh orang lain untuk memperoleh gelar akademik di suatu Perguruan Tinggi dan tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali yang secara tertulis dikutip dalam naskah ini dan disebutkan dalam sumber kutipan dalam daftar pustaka.
2. Apabila ternyata dalam naskah Tesis ini dapat dibuktikan terdapat unsur-unsur **PLAGIASI**, saya bersedia Tesis ini **DIGUGURKAN** dan **GELAR AKADEMIK YANG TELAH SAYA PEROLEH DIBATALKAN**, serta diproses sesuai dengan ketentuan hukum yang berlaku.
3. Tesis ini dapat dijadikan sumber pustaka yang merupakan **HAK BEBAS ROYALTY NON EKSKLUSIF**.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Malang, 30 Desember 2019
Yang menyatakan,



ADE AYU HARISDIANE PUTRI

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kehadiran Allah SWT atas limpahan nikmat, rahmat dan hidayahNya, sehingga tesis ini dapat terselesaikan. Shalawat dan salam selalu tercurah kepada Nabi Muhammad SAW beserta keluarga, sahabat dan pengikut jejak langkahnya sampai akhir nanti.

Tesis ini berjudul *Treatment* Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar Untuk Meningkatkan Resiliensi Pada Remaja Dengan Orang Tua Bercerai. Maksud penulisan tesis ini adalah sebagai salah satu syarat menyelesaikan studi tingkat Strata 2 (S-2) di Fakultas Psikologi Program Pascasarjana Universitas Muhammadiyah Malang.

Sebagai pribadi yang memiliki keterbatasan, peneliti menyadari bahwa kelancaran dan kemudahan dalam menyelesaikan penyusunan tesis ini tidak lepas dari adanya dorongan, bantuan dari semua pihak. Pada kesempatan ini peneliti mengucapkan terimakasih kepada:

1. Dr. H. Fauzan M.Pd selaku rektor Universitas Muhammadiyah Malang.
2. Prof Akhsanul In'am, Ph.D selaku direktur Pascasarjana Universitas Muhammadiyah Malang.
3. Dr. Cahyaning Suryaningrum M.Si selaku ketua program studi Magister Profesi Psikologi yang telah memberikan dukungan dan semangat kepada Mapro 2017.
4. Dr. Latipun M.Kes selaku dosen pembimbing I yang telah meluangkan waktu untuk membimbing dan memberikan arahan sehingga dapat menyelesaikan tesis dengan baik.
5. Dr. Siti Suminarti Fasikhah., M.Si selaku dosen pembimbing II yang turut membimbing dan memberikan arahan sehingga terselesaikan tesis dengan baik.
6. Seluruh dosen Fakultas Magister Psikologi Profesi Universitas Muhammadiyah Malang untuk semua ilmu yang Bapak dan Ibu berikan sejak awal perkuliahan sehingga terselesaikan tesis.
7. Seluruh guru SMP SMA Kertanegara dan SMK Widyagama Malang karena memberikan izin untuk melaksanakan penelitian.

8. Yang tercinta kepada kedua orang tua terutama Mama tersayang dr. Hj. Diah Ratih Susiarini, MM yang telah membesarkan dengan penuh kasih sayang, selalu mendukung dan mendoakan dari jauh.
9. Kakek dan Nenek tersayang Bapak Wahyudi Mihardjo dan Ibu Soesiati yang telah membantu Mama merawat saya dari kecil. Terima kasih atas kasih sayang dan doa yang selalu diberikan.
10. Kakak tersayang Mba Ariefa, Mba Dewi dan Mas Dimas terima kasih atas nasihat, dukungan dan doanya. Serta keponakan sholeh dan sholehah Mas Dewa, Mas Bima, Mba Atha, Mas Juna, Mba Dinda, Azka dan Zidane.
11. Teman-teman Mapro A 2017 terima kasih untuk kerjasamanya, terimakasih telah menjadi keluarga kedua yang baik.
12. Teman – teman satu bimbingan May, Utii, Fatim, Afit, Kharisma, Rafi dan Defi terimakasih karena tidak pelit berbagi ilmu dan saling menyemangati. Untuk Alin dan Lintang terima kasih karena selalu ada, berbagi kesenangan dan saling menguatkan.
13. Semua pihak yang membantu penyelesaian tesis ini yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

Akhir kata, tiada satupun karya manusia yang sempurna, saran dan kritik sangat penulis harapkan untuk kebaikan bersama. Semoga penulisan tesis ini bermanfaat bagi semua.

Malang, Desember 2019

Peneliti

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	i
DAFTAR ISI.....	iii
DAFTAR TABEL	iv
DAFTAR GAMBAR	v
DAFTAR LAMPIRAN	vi
Abstrak.....	vii
LATAR BELAKANG.....	1
TINJAUAN PUSTAKA	5
Resiliensi dalam Perspektif Islam.....	5
Resiliensi	6
Resiliensi Remaja dengan Orang Tua Bercerai.....	7
<i>Treatmen</i> Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar	9
METODE PENELITIAN	12
Desain Penelitian	12
Subjek Penelitian	13
Prosedur Penelitian	14
Instrumen pengumpulan data	15
Analisa Data	15
HASIL	16
Formulasi Model.....	16
Hasil Uji Aplikatif	16
Uji validitas pakar	16
Uji Aplikasi	17
Hasil uji aplikasi.....	17
Uji Efektivitas Model.....	18
Hasil analisis	18
PEMBAHASAN	21
SIMPULAN DAN IMPLIKASI	25
REFERENSI	26
LAMPIRAN.....	30

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Perbedaan <i>pre-test</i> dan <i>post-test</i>	19
---	----



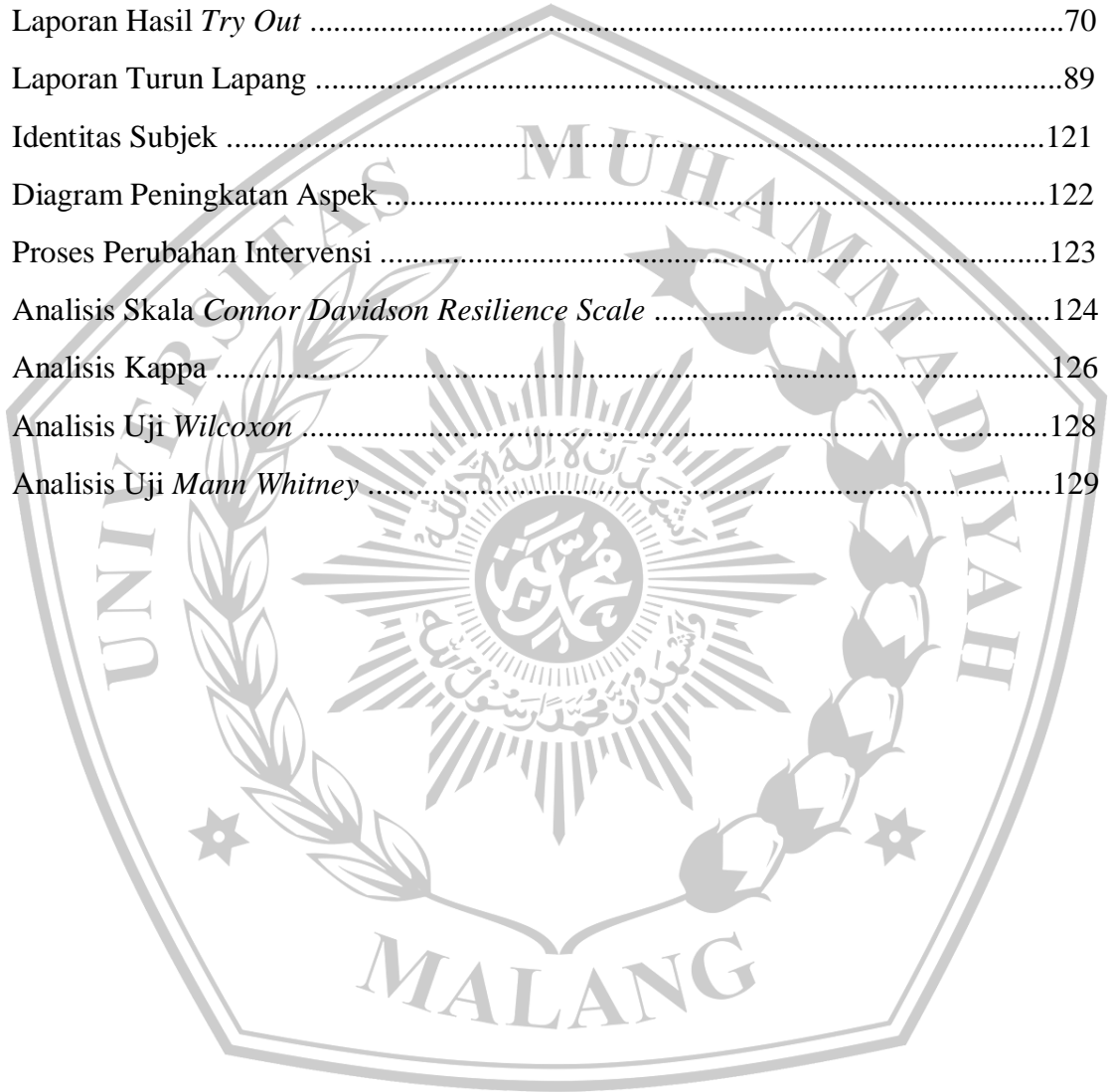
DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Tahap penelitian pengembangan.....	14
Gambar 2. Perbandingan Skor <i>Connor–Davidson Resilience Scale</i> Sebelum dan Setelah Diberikan Perlakuan.....	17
Gambar 3. Skor skala resiliensi dari kelompok eksperimen dan kelompok kontrol..	19



DAFTAR LAMPIRAN

Modul <i>Treatment</i> Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar.....	31
Skala Validasi Ahli.....	61
Skala Evaluasi Penilaian Subjek	65
Skala <i>Connor Davidson Resilience Scale</i>	68
Laporan Hasil <i>Try Out</i>	70
Laporan Turun Lapang	89
Identitas Subjek	121
Diagram Peningkatan Aspek	122
Proses Perubahan Intervensi	123
Analisis Skala <i>Connor Davidson Resilience Scale</i>	124
Analisis Kappa	126
Analisis Uji <i>Wilcoxon</i>	128
Analisis Uji <i>Mann Whitney</i>	129



TREATMENT RESILIENSI BERBASIS FORMULASI GAMBAR UNTUK MENINGKATKAN RESILIENSI PADA REMAJA DENGAN ORANG TUA BERCERAI

Ade Ayu Harisdiane Putri

ayudianeputri@gmail.com

Dr. Latipun, M.Kes (NIDN. 0711026401)

Dr. Rr. Siti Suminarti Fasikhah, M.Si (NIDN. 0631086401)

Magister Psikologi Profesi, Universitas Muhammadiyah Malang

Malang, Jawa Timur, Indonesia

Abstrak

Remaja dengan orang tua bercerai rentan terhadap resiko negatif karena tidak siapnya dalam memaknai perubahan yang terjadi, untuk dapat bertahan dan memiliki sikap yang positif maka diperlukan resiliensi yang tinggi. Tujuan dari penelitian ini ialah mengembangkan suatu model *treatment* resiliensi berbasis formulasi gambar yang valid, praktis dan efektif dalam meningkatkan resiliensi remaja dengan orang tua bercerai. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian pengembangan. Tahapan dalam penelitian ini adalah konseptualisasi & perencanaan, uji validasi, uji aplikasi dan uji operasional. Pada tahap validasi terdapat uji ahli yang dilakukan oleh 2 pakar/ahli, tahap uji aplikasi dilakukan pada 3 remaja, dan di tahap uji operasional dilakukan pada 10 remaja dengan orang tua bercerai yang terbagi menjadi kelompok eksperimen dan kontrol yang masing-masing terdiri dari 5 orang. Instrumen yang digunakan untuk mengukur efektifitas adalah *Connor-Davidson Resilience Scale*. Hasil penelitian menunjukkan *Treatment* Resiliensi berbasis formulasi gambar dapat membantu meningkatkan resiliensi pada remaja dengan orang tua bercerai. Hasil uji efektifitas menunjukkan adanya peningkatan setelah diberikan penanganan ($p=0,04$). Dengan demikian *Treatment* Resiliensi berbasis formulasi gambar efektif dan dapat diterapkan.

Kata kunci : pengembangan , *treatment* resiliensi berbasis formulasi gambar, resiliensi, perceraian

PICTURE FORMULATION FOR RESILIENCE TREATMENT TO INCREASE RESILIENCE IN ADOLESCENTS WITH DIVORCED PARENTS

Ade Ayu Harisdiane Putri

Master of Psychology

University of Muhammadiyah Malang

ayudianeputri@gmail.com

Abstrack

Adolescent with divorced parents are vulnerable to negative problems because they are not ready to interpret the changes that occur, to survive and have a positive attitude, it requires high resilience. The purpose of this study was to develop a valid, practical, and effective picture formulation for resilience treatment model in increasing the resilience of adolescents with divorced parents. This type of research used is development research. The stages in this research are conceptualization & planning, validation test, application test and operational test. Validation stage there is an expert test conducted on 2 experts, the application test phase is carried out on 3 teenagers, and the operational test stage is conducted on 10 adolescents with divorced parents who are divided into experimental and control groups, each consisting of 5 people. The instrument used to measure effectiveness is the Connor-Davidson Resilience Scale. The results showed that picture formulation for resilience treatment can help increase resilience in adolescents with divorced parents. The results of the effectiveness test showed an increase after being given treatment ($p = 0.04$). Thus the picture formulation for resilience treatment model is effective and can be applied.

Keyword: development, picture formulation for resilience treatment, resilience, divorce

LATAR BELAKANG

Keluarga merupakan tempat pertama untuk mendapatkan pembelajaran mengenai cara bersosialisasi dan mendapatkan pengajaran mengenai nilai juga norma yang berlaku dalam kehidupan bermasyarakat. Keluarga yang baik dapat menjadi pelindung, membuat rasa nyaman dan saling berbagi. Namun dalam keluarga dapat pula terdapat perselisihan ketika tidak adanya kontrol pada diri terhadap sikap dan perilaku yang menyebabkan ketidakharmonisan dalam keluarga yang dapat mengakibatkan perceraian. Perceraian orang tua adalah peristiwa yang membuat stres bagi remaja dengan orang tua bercerai. Remaja dengan orang tua bercerai dapat memiliki permasalahan yang kompleks karena adanya perubahan keadaan dari keadaan yang baik menjadi keadaan yang sulit.

Fenomena perceraian ialah fenomena yang sering ditemui pada masyarakat mengingat angka tingkat perceraian yang selalu meningkat. Meskipun perceraian ialah permasalahan antar suami istri tetapi hal ini berdampak pada anggota keluarga yang lain, contohnya anak. Terutama pada anak yang menginjak usia remaja, hal ini beresiko memiliki dampak buruk setelah menghadapi masa-masa sulit ketika orang tua mereka berpisah. Sebagian besar perceraian dapat membuat remaja terbayang-bayang konflik yang terjadi pada orang tua. Sehingga bukan hal mudah untuk remaja menerima perceraian dengan baik (Altundag & Bulut, 2014). Selain itu, keadaan sulit bagi individu yang memiliki orang tua bercerai ialah berkurangnya komunikasi dengan orang tua, berkurangnya anggota dalam keluarga, adanya penambahan anggota baru yaitu ibu atau ayah tiri dan yang paling utama ialah adanya perubahan signifikan yang terjadi dalam hubungan orang tua dan remaja (Avila, 2013).

Selain adanya perubahan fisik, remaja juga mengalami perubahan psikologis. Masa remaja bisa menjadi masa yang sulit untuk dilalui jika tidak adanya dukungan, bimbingan dari orang yang tepat seperti keluarga agar remaja tidak terjerumus pada hal negatif. Di saat – saat krisis, remaja perlu didukung oleh lingkungan yang memahami beberapa makna dari kehidupan yang dijalani agar remaja tidak merasa sendirian menghadapi permasalahan. Remaja rentan terhadap perubahan yang terjadi dalam keluarga karena saat remaja mereka lebih membutuhkan penjelasan yang tepat agar remaja dengan orang tua bercerai dapat memahami kondisi saat kedua orang

tuanya bercerai sehingga tidak salah dalam memaknai perubahan yang terjadi dalam keluarga (Avila, 2013). Perceraian termasuk salah satu dari banyak peristiwa yang dapat mengubah kehidupan dalam keluarga. Remaja yang baik dalam pemahaman mengenai permasalahan percaya bahwa dirinya dapat tumbuh positif dari kekuatan yang dimiliki.

Perceraian orang tua dapat terjadi pada saat kanak-kanak, remaja bahkan dewasa. Namun demikian subjek pada penelitian ini berfokus pada remaja. Hal tersebut dikarenakan pada fase remaja terdapat tuntutan untuk mengembangkan identitas diri. Bersamaan dengan itu, kemandirian dan tanggung jawab juga menjadi faktor yang mempengaruhi proses menemukan identitas diri pada remaja. Hal ini sejalan dengan teori Erikson bahwa pembentukan identitas dimulai pada saat remaja. Kegagalan dalam pembentukan identitas diri dapat menyebabkan individu mengembangkan perilaku mengganggu, agresi dan melakukan hal negatif lainnya. Menurut Erikson jika individu mampu memandang dirinya sebagai orang yang dapat diandalkan maka individu tersebut menyesuaikan perilakunya sehingga sesuai dengan pandangan diri. Maka dari itu jika tidak dibantu, remaja dengan orang tua bercerai dapat menjadi remaja yang tidak kuat dalam menghadapi permasalahan (Klimstra & Doeselaar, 2017).

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa remaja dari keluarga bercerai memiliki masalah yang kompleks. Reaksi paling umum yang anak-anak dan remaja kembangkan setelah perceraian terjadi adalah sebagai berikut: kesedihan, ketakutan, kecemasan, perasaan ditinggalkan dan kemarahan (Altundag & Bulut, 2014). Remaja dari orang tua bercerai menunjukkan prestasi yang lebih rendah dan mengalami kesulitan yang lebih besar dalam belajar dibandingkan teman sekelas mereka dari keluarga dengan dua orang tua yang utuh (Wallerstein, 1986). Remaja dengan orang tua bercerai dapat terpengaruh oleh perceraian yang dialami orang tuanya tersebut. Terlebih lagi, remaja dengan orang tua bercerai memiliki pandangan yang kurang baik terhadap pernikahan dan kurang percaya diri terhadap kemampuan diri mereka sendiri untuk dapat mempertahankan pernikahan yang bahagia dan tentunya berbeda dengan pernikahan yang berakhir dengan perceraian (Widyastuti, 2017).

Namun, tidak semua remaja dengan orang tua yang bercerai berisiko buruk. Beberapa remaja dari keluarga yang bercerai ternyata dapat memiliki prestasi yang baik dan dapat tumbuh menjadi positif meskipun terjadi permasalahan yaitu perceraian orang tua yang dialami. Keberhasilan atau kegagalan seorang dalam berurusan dengan perceraian orang tua tergantung pada daya tahan individu. Daya tahan atau kapasitas dalam menangani konflik disebut resiliensi. Resiliensi adalah hasil positif ketika individu menghadapi kondisi berisiko atau di bawah tekanan, dan dapat pulih walaupun dalam keadaan tekanan yang mengancam (Widyastuti, 2017). Oleh karena itu, resiliensi dapat dikonseptualisasikan sebagai penyesuaian dengan pengalaman hidup yang sulit dan menghadapinya dengan cara yang tepat dan positif.

Menurut penelitian Chen & George (2005) resiliensi adalah faktor kunci dalam kemampuan individu untuk beradaptasi dengan perceraian orang tua. Dengan adanya kejadian perceraian orang tua menunjukkan bahwa individu diharapkan dapat memahami bahwa kesalahan bukanlah akhir dari segalanya. Berdasarkan hal itu penting bagi seorang individu yang mengalami perceraian orang tua untuk memiliki resiliensi dalam dirinya untuk dapat melanjutkan kehidupan. Dengan memiliki resiliensi yang baik maka remaja dengan orang tua bercerai memiliki kemampuan untuk menghadapi bahkan untuk mencegah dampak yang tidak menyenangkan dari peristiwa yang ia hadapi.

Penanganan yang dapat digunakan untuk remaja dari perceraian orang tua ialah konseling. Konseling dapat dilakukan untuk membangun kembali keterampilan interaksi dengan teman sebaya ataupun lingkungan sekitar. Konseling juga dapat melibatkan guru, orang tua dan teman sebaya dalam upaya membantu mengurangi stres pada klien dan mendorong mereka untuk melanjutkan kegiatan sehari-hari dengan baik. Untuk menghindari respon diam atau tidak nyaman dalam bercerita mengenai permasalahan yang dialami, maka konseling dapat dilakukan dengan menggunakan media bermain agar mendapatkan kesan yang menyenangkan. Klien dengan permasalahan orang tua bercerai cenderung lebih diam dan memendam perasaannya karena tidak mempunyai keterampilan untuk menghadapi situasi yang tidak menyenangkan. Dengan melakukan konseling klien dapat bercerita mengenai permasalahan yang dialami dan bagaimana cara ia dalam menangani masalah. Proses

konseling memberikan pemahaman, bagaimana harapan setelah terjadi peristiwa dan bagaimana cara klien untuk meminta pertolongan kepada orang terdekat dan orang yang lebih ahli. Selain itu, diperlukan dukungan dari lingkungan sekitar agar konseling berjalan dengan baik (Mahmud et al., 2011).

Selain itu terdapat penanganan lain yaitu *art therapy*. Individu yang berpartisipasi dalam mengikuti terapi seni dapat memiliki efek yang positif. Remaja dapat lebih percaya diri dan dapat membangun hubungan dengan orang lain. Terapi ini telah dikaitkan dengan resiliensi individu dalam menghadapi kesulitan, terapi ini juga dapat digunakan untuk membangun resiliensi yang berkontribusi meningkatkan sikap dan menerima perubahan (Zarobe & Bungay, 2017). Selain itu menurut Shand (2014) terdapat hubungan yang positif antara *art therapy* dan juga resiliensi bahwa dengan menggabungkan keduanya maka dapat mengungkapkan kisah yang tersembunyi. Setiap orang memiliki ceritanya masing-masing dan cerita tersebut mempunyai peran terhadap diri seseorang agar individu tersebut menjadi pribadi yang lebih tanggung dan lebih kuat.

Art therapy biasanya digunakan diawal pengerjaan intervensi, hal ini dilakukan untuk mengeluarkan ekspresi yang terpendam seperti kemarahan, kesedihan dan juga ketakutan. Melalui gambar dan warna individu dibebaskan berekspresi, bisa jadi gambar dan warna yang digambar oleh individu dari orang tua bercerai ialah gambar kekecewaan mereka terhadap orang tuanya. Kekurangan dari *art therapy* ialah individu hanya dibebaskan untuk menggambar, sehingga gambar tersebut hanya dapat digunakan sebagai media katarsis untuk mengeluarkan ekspresi dan setelahnya ditanya mengapa individu tersebut memilih menggambar hal itu. Kebanyakan *art therapy* digabungkan dengan intervensi lain sehingga hasilnya dirasa lebih efektif (Mahmud et al., 2011). Sebaiknya, selain dilakukan untuk asesmen, melalui gambar individu dapat menumbuhkan pemikiran positif terkait dengan kejadian yang ia alami melalui gambar sehingga ia menjadi pribadi yang lebih bisa berfikir positif dalam suatu kejadian.

Berdasarkan penjelasan di atas diperlukan model pengembangan untuk mengatasi keterbatasan dalam pengembangan model dari penelitian sebelumnya. Maka dibuatlah *Treatment Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar* yang dapat

diterapkan khusus untuk subjek remaja dengan orang tua bercerai dengan menghubungkan aspek resiliensi pada setiap sesi intervensi. Melalui *Treatment Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar*, subjek menjalani sesi dengan media gambar. Hal ini dilakukan agar mengurangi rasa tidak nyaman ketika terapis langsung bertanya mengenai keadaan keluarga terhadap subjek. Peristiwa yang dialami subjek ialah peristiwa yang tidak menyenangkan sehingga dibuatlah pengembangan prosedur dalam menangani permasalahan orang tua bercerai yang dihubungkan dengan aspek resiliensi sehingga setiap sesinya subjek dapat menilai bagaimana dirinya memunculkan resiliensi dalam menghadapi permasalahan. Kekhasan ini dimiliki oleh model pengembangan yang disusun agar tujuan dari penelitian dapat tercapai. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui apakah model yang dikembangkan efektif untuk dilakukan.

TINJAUAN PUSTAKA

Resiliensi dalam Perspektif Islam

Dalam perspektif Islam, resiliensi dapat diartikan sebagai sabar dan tabah dalam menghadapi cobaan pada masa sulit. Sejatinya, seseorang yang memiliki masalah harus dapat berfikir positif dan juga tenang sehingga tidak berlarut dalam kesedihan tersebut. Seperti yang tertera dalam Al-Qur'an surah (QS Al Baqarah: 155-157) bahwa Allah Swt memberikan kebaikan kepada orang yang sabar dan tidak mudah menyerah dalam menghadapi masalah. Bagi orang-orang tertimpa musibah lalu ia mengingat Allah maka orang-orang tersebut mendapatkan keberkatan yang sempurna juga rahmat dan diberikan petunjuk oleh Allah Swt dalam menyelesaikan setiap permasalahan yang dihadapi.

Islam telah memuat mengenai perilaku manusia agar dapat melalui jalan yang baik dan di ridhoi Allah Swt. Ketika seseorang mendapat masalah, sebaiknya bukan dijadikan suatu hal untuk dihindari tetapi untuk dicari jalan keluarnya. Sesuai dalam Al-Qur'an surah (QS. Al mukminum:62) sesungguhnya Allah SWT tidak membebani seseorang dengan masalah melainkan Allah SWT memberikan kekuatan untuk menyelesaikan permasalahan yang terjadi. Dengan adanya resiliensi dalam diri

seseorang diharapkan bahwa individu tersebut tidak mudah putus asa dan dapat menyelesaikan permasalahan yang dihadapi dengan baik.

Resiliensi

Resiliensi memiliki arti ketahanan yaitu termasuk mengatasi stress atau kesulitan yang menyebabkan resiko terhadap lingkungannya. Resiliensi merupakan perlindungan positif untuk mengurangi kondisi yang beresiko lebih negatif (Hornor, 2017). Resiliensi adalah fleksibilitas seseorang menanggapi tuntutan situasional yang berubah untuk bangkit kembali dari pengalaman emosional yang negatif (Hefferon & Boniwell, 2011). Di sisi lain, (Fraser, Galinsky, & Richman, 1999) mendefinisikan resiliensi sebagai mendapatkan pencapaian positif dan bahkan tak terduga dalam kondisi yang sulit dan kemampuan untuk menyesuaikan kondisi dan situasi yang luar biasa. Demikian pula, resiliensi didefinisikan sebagai penyesuaian positif dan mempertahankan atau mendapatkan kembali kesehatan mental meskipun menghadapi peristiwa kehidupan yang sulit (Wald et al., 2006). Dapat disimpulkan bahwa resiliensi ialah sikap tangguh dan mampu bangkit ketika dihadapkan pada keadaan penuh tekanan. Resiliensi ialah suatu proses adaptasi yang baik dalam menghadapi suatu permasalahan sehingga dapat menyelesaikan permasalahan dengan lebih positif.

Istilah resiliensi berlaku untuk dewasa maupun anak-anak. Kasus yang pernah dilakukan ialah pada anak yang menjadi korban kekerasan, bencana alam atau peperangan (Masten, 2014). Memperkenalkan kepada anak sejak dini mengenai resiliensi dapat membuat anak mampu untuk lebih baik dalam menghadapi masalah dan beradaptasi dengan positif (Newman & Barnardo's., 2004). Selain itu, pada remaja resiliensi diartikan sebagai keadaan dapat memahami berbagai macam proses yaitu (1) merespons peristiwa-peristiwa yang penuh tekanan, kemampuan untuk bangkit kembali, (2) mempertahankan pemulihan yang mengarah ke arah yang positif bahkan dalam menghadapi ancaman atau kesulitan. Remaja yang resilien ialah remaja yang tangguh dan diharapkan mampu menghadapi risiko tinggi, stres, ancaman atau perbedaan (Anyan & Hjemdal, 2016).

Terdapat lima indikator resiliensi, yaitu: (1) Kompetensi personal, yaitu menunjukkan bahwa individu mampu mencapai tujuan dengan keuletan meskipun

dalam keadaan sulit, (2) Kepercayaan pada diri sendiri, yaitu menunjukkan individu kuat dan lebih tenang dalam menghadapi stress, (3) Dapat menerima perubahan secara positif dan mampu beradaptasi dengan perubahan maupun dalam menjalin hubungan yang baik dengan orang lain, (4) Pengendalian diri yaitu individu berfikir cara menggapai tujuan dengan meminta pertolongan dari orang lain (5) Pengaruh spiritual yaitu yakin terhadap Tuhan (Connor & Davidson, 2003).

Individu yang memiliki resiliensi yang baik memiliki *comprehensibility*, *manageability* dan *meaningfulness*. *Comprehensibility* diartikan sebagai pemahaman mengenai permasalahan apa yang sedang dihadapi dan bagaimana cara mencapai penyelesaian masalah tersebut. *Manageability* diartikan sebagai individu yang dapat mengelola dan mencari bagaimana sesuatu berjalan dengan baik dan *meaningfulness* yang berarti kebermaknaan yaitu individu tersebut yakin dan percaya bahwa dirinya dapat melalui permasalahan dengan baik, meskipun sulit tetapi ia tetap optimis dapat melewati permasalahan yang dialami (Hefferon & Boniwell, 2011).

Resiliensi digunakan untuk tiga fenomena yaitu (1) individu yang tinggal di lingkungan berisiko, seperti: lingkungan yang identik dengan kemiskinan dan adanya kekerasan orang tua pada anak (2) perceraian orang tua yang mengakibatkan stress jangka panjang (3) pulih dari keadaan traumatis, sebagai contoh pasca perang dan pasca bencana. Oleh karena itu, dapat dikatakan bahwa keadaan keluarga dan lingkungan menjadi dasar seseorang memiliki resiliensi yang baik (Henderson & Milstein, 2003).

Resiliensi terbagi menjadi, *recovery*, *resistensi*, dan *reconfiguration*. *Recovery* adalah situasi pulihnya individu dari keadaan terpuruk. *Resistensi* adalah tidak adanya gejala gangguan yang mengikuti peristiwa traumatik. Terakhir, *reconfiguration* merupakan keadaan individu menjadi stabil kembali dengan solusi baru yang mereka buat berdasarkan pengalaman traumatik. (Hefferon & Boniwell, 2011).

Resiliensi Remaja dengan Orang Tua Bercerai

Resiliensi dapat dilihat sebagai kemampuan keluarga untuk terlepas dari stres dan krisis yang parah agar tetap utuh dan kembali bangkit terhadap kejadian sebelum krisis terjadi (Greeff & van der Merwe, 2004). Resiliensi dibutuhkan oleh individu agar

dapat bertahan meskipun individu tersebut berada dalam keadaan yang sulit. Bagi remaja, resiliensi tidak hanya dikatakan untuk dapat bertahan hidup tetapi sebenarnya individu juga berkembang dalam memaknai kejadian dalam kehidupan. Biasanya hal ini disebut dengan seseorang yang tangguh. Remaja dengan penekanan pada karakteristik dengan sifat-sifat serta kecerdasan yang baik ialah salah satu faktor remaja dapat bertahan bahkan dalam keadaan yang sulit. Selain itu terdapat juga faktor eksternal yaitu berupa dukungan dari keluarga ataupun lingkungan yang positif sehingga remaja dapat mengembangkan sikap dan pandangan yang positif dalam memaknai hidup (Blanca et al, 2011).

Individu yang mengalami peristiwa buruk pada diri sebaiknya mempunyai faktor resiliensi yang baik, seperti contoh dapat beradaptasi dengan pandangan yang positif meskipun terdapat kesulitan dan resiko yang berat. Faktor- faktor yang dapat meningkatkan resiliensi ialah adanya keterampilan psikososial, adanya kesejahteraan yang didukung oleh pengasuh atau orang terdekat dan kesejahteraan internal pada individu tersebut (Holmes et al, 2015). Konteks resiliensi didasarkan pada penelitian perceraian karena pemisahan orang tua telah diidentifikasi sebagai stresor atau kesulitan yang signifikan yang harus remaja kembangkan meskipun terdapat tantangan yang mungkin mereka hadapi. Dengan demikian meningkatkan resiliensi berarti meningkatkan faktor pelindung bagi individu dan sekaligus menghambat perkembangan faktor resiko psikososial yang buruk (Karela & Petrogiannis, 2018) .

Sangat penting bagi remaja untuk bisa mengungkapkan apa yang dirasa, terutama setelah perceraian orang tua. Terlalu banyak penghindaran yang dilakukan remaja membuat ia merasa terjebak dalam situasi yang membuatnya bingung. Disini peran orang tua juga penting, bahwa saat atau setelah perceraian terjadi seharusnya orang tua mengkomunikasikan mengenai perpisahan yang terjadi sehingga remaja dapat memahami semua perubahan yang terjadi dalam keluarga. Komunikasi tersebut juga dapat mempengaruhi remaja dalam mengungkapkan perasaan, karena kebanyakan remaja yang memiliki orang tua bercerai tidak diajak kompromi mengenai perceraian tersebut sehingga merasa terkejut dengan perubahan dan kesulitan untuk mengungkapkan apa yang dirasa. Efek positif yang didapatkan jika orang tua dapat berkomunikasi dengan baik ialah dapat meningkatkan kemandirian yang lebih besar

pada remaja, yang pada akhirnya dapat menumbuhkan resiliensi dan kompetensi sosial (Afifi & McManus, 2010).

Sebagian besar keluarga yang bercerai mengalami serangkaian perubahan setelah perpisahan yang terjadi dalam keluarga. Bagi orang tua perceraian bukanlah hal yang mudah. Orang tua akan mengalami pergeseran peran, tantangan dalam hubungan sosial, dan tekanan tanggung jawab orang tua menjadi lebih banyak dari pada saat keluarga utuh. Remaja juga harus beradaptasi dengan baik mengenai peristiwa rumit tanpa bantuan dari orang tua lengkap karena saat peristiwa perceraian terjadi orang tua terlalu sibuk pada kesulitan yang dihadapi sendiri. Sehingga remaja yang mengerti mengenai perubahan yang terjadi dapat membantu orang tua dengan cepat menyelesaikan masalah sehingga nantinya orang tua akan mempertimbangkan hubungan orang tua dan remaja (Chen & George, 2005). Maka dari itu, resiliensi penting dimiliki remaja agar dapat membantu meringankan permasalahan dengan berfikir lebih positif untuk hal-hal yang terjadi nanti.

***Treatmen* Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar**

Treatmen Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar ialah model yang dibuat dari penggabungan *art therapy* dan resiliensi. Subjek yang mengikuti sesi pada model pengembangan menyalurkan emosinya pada gambar dan setiap sesinya berhubungan dengan aspek resiliensi. Sehingga diharapkan subjek mendapatkan pemahaman mengenai resiliensi terhadap permasalahan yang sedang dihadapi. Formulasi yang dimaksud pada model yang dibuat ialah macam-macam sesi yang digunakan dalam terapi seperti melanjutkan gambar, menyusun gambar dan menggambar bebas. *Art therapy* dapat menjadi salah satu terapi seni kreatif yang bisa dilakukan bersama dengan terapi gambar, musik, drama atau bermain peran dan terapi tari. Terapi ini berbeda dari terapi yang lainnya karena dapat menjelaskan karakter pengalaman kehidupan seseorang. Media dalam model ini ialah menggambar yang digunakan untuk mengekspresikan perasaan, pikiran, dan kenangan (Schouten et al, 2015).

Pendekatan yang digunakan pada *Treatmen* Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar yaitu menggunakan pendekatan kognitif terapi. Pendekatan kognitif pada terapi ini berfungsi untuk memodifikasi pemikiran maladaptif yang dimiliki subjek

dengan melakukan beberapa teknik yakni menggambarkan konsep yang salah pada individu, ide-ide yang menyimpang sehingga individu mampu untuk melakukan restrukturisasi kognitif dengan menyusun pengalaman yang lebih realistis (Beck, 1970). Ketika individu mempertahankan keyakinan yang salah maka secara otomatis berdampak pada respons emosional dan juga perilakunya.

Dalam sesi *Treatmen* Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar selain individu diminta untuk menggambar agar mengeluarkan emosi yang dirasa, individu juga diminta untuk lebih berperan aktif dalam proses terapi dengan cara berekspresi, melihat beberapa potongan gambar yang nantinya dibuat menjadi sebuah cerita dan dapat membuat individu mempunyai *insight* pada keadaan sekarang yang dijalaninya serta individu mempunyai pandangan yang positif untuk kedepannya. Selain itu diakhir sesi individu menggambar bagaimana perasaannya setelah mengikuti rangkaian pada sesi terapi, apakah ia sudah mengenal dirinya lebih dalam terkait *insight* bahwa ia menjadi pribadi yang resilien dalam menghadapi permasalahan.

Melalui *Treatmen* Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar diharapkan dapat membantu keluarga yang sedang mengalami kesulitan dengan penyesuaian baru dalam keluarga. Remaja didalam keluarga bercerai biasanya paling tidak siap dengan perubahan yang terjadi, terutama adanya perubahan emosional karena perubahan psikologis masa remaja terjadi dengan cepat meskipun pada fisik belum terjadi perubahan. Dengan metode menggambar berarti memberi kesempatan untuk melihat persepsi pada suatu masalah dan cara menyelesaikan sehingga tidak mengganggu hubungan keluarga (Linesch, 2016).

Sesi menggambar dalam *Treatmen* Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar dapat menilai potensi stimulus media yang digunakan dengan keterampilan *coping* subjek dalam upaya untuk mengekspresikan pengalaman subjek. Dalam *art therapy* media yang digunakan ialah media terstruktur dan tidak terstruktur. Media terstruktur yaitu materi seni dua dimensi seperti: pensil, krayon dan spidol. Sedangkan media tidak terstruktur, seperti tanah liat atau cat. Melalui media ini diharapkan terapis mendapat informasi mengenai wawasan tentang isu-isu yang mendasari konflik dan kekhawatiran yang dirasakan oleh subjek.

Melalui *art therapy*, subjek dapat mengekspresikan diri dalam terapi secara sadar ataupun secara tidak sadar. Tujuan *art therapy* ialah melakukan pemulihan dengan menyediakan media nyata dalam memudahkan interaksi antara terapis dan subjek. *Treatment* Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar dilakukan untuk mengkomunikasikan pikiran dan perasaan subjek melalui media gambar. Setelah menggambar terapis mendiskusikan hasil gambar tersebut dengan subjek. Setelah menggambar terapis juga menanyakan apakah gambar tersebut mencerminkan perasaan subjek dan apakah terdapat hubungan antara gambar dengan situasi kehidupan yang ia alami (Clements, 1996). Terapi ini dilakukan kepada remaja agar dapat membantu dalam bercerita mengenai pengalaman hidup

Treatment Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar menggunakan media gambar agar remaja dapat berekspresi dan melepaskan emosi yang mengganggu bahkan menyakitkan. Dalam terapi menggambar individu terlibat dalam peningkatan komunikasi non verbal, mengingat secara detail pengalaman dan membuat hubungan yang nyaman antara terapis dan subjek. Dengan terapi menggambar individu dapat menyampaikan makna dan ide – ide dengan cara yang berbeda yang mungkin tidak dapat dengan mudah diucapkan. Hal ini berarti individu dapat lebih jelas mengekspresikan perasaannya melalui gambar (Malchiodi, 2005). Bagi remaja menggambar berfungsi sebagai perantara antara diri remaja dan juga hubungan remaja dengan lingkungan. Melalui gambar, terapis dapat lebih mudah untuk memahami bagaimana remaja mempersepsi keluarga, terlebih lagi dapat memahami bagaimana interaksi antara remaja dengan orang tua ataupun anggota keluarga. Selain itu, dengan menggambar terlibat bagaimana kinerja kognitif remaja dengan lingkungan kehidupan yang dijalani (Fan, 2012).

Sesi – sesi dalam *Treatment* Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar disesuaikan dengan aspek resiliensi agar terapis dapat mengetahui apakah model yang diterapkan dapat memiliki efek yang positif untuk meningkatkan resiliensi pada remaja. Selain terdapat penjelasan mengenai resiliensi, gambar yang di buat dalam sesi berhubungan dengan aspek resiliensi. Sehingga, tujuan per sesi Dalam *Treatment* Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar dapat terlihat apakah subjek memahami dan menerapkan resiliensi untuk permasalahan yang dihadapi. *Treatment* Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar

diberikan untuk remaja dengan orang tua bercerai dengan subjek yang memiliki resiliensi rendah – sedang. Sesi pada *Treatment* Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar sebanyak 6 sesi dengan frekuensi dua – tiga kali satu minggu.

Alasan terbentuknya *Treatment* Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar ialah dapat dijadikan alternatif untuk meningkatkan resiliensi pada remaja dengan kasus perceraian orang tua karena dengan tahapan pada sesi *Treatment* Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar individu mampu berekspresi mengenai perasaannya, dapat mengganti verbal dengan menggambar sehingga dapat merubah perilaku maladaptif seseorang. Melalui sesi menggambar remaja mendapatkan tempat untuk menyalurkan emosi yang kuat dan dapat memudahkan terapis dan subjek dalam berkomunikasi (Waller, 2006). Sesi menggambar dalam *Treatment* Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar dapat menghilangkan resiko buruk dan dapat juga meningkatkan pemahaman seseorang. Melalui menggambar remaja belajar untuk menjadi kuat dalam melalui waktu yang sulit dalam kehidupannya. Kemungkinan saat menjalankan terapi ini, subjek teringat kembali mengenai kejadian sedih yang pernah dialami tetapi hal itu tidak menjadi suatu masalah karena setelah ia melakukan sesi terapi selanjutnya dibahas dan dijelaskan ke arah yang lebih positif bagaimana pandangan positif dalam menghadapi kejadian buruk (Shand, 2014).

METODE PENELITIAN

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain penelitian pengembangan berupa *Research & Development* (R&D) yang digunakan untuk mengembangkan, merancang model atau produk baru serta pengembangan produk yang sudah ada dalam sebuah penelitian (Richey, Klein, & Nelson, 2004). Mengembangkan berarti dapat berupa memperbaiki produk yang telah ada sehingga lebih praktis dan efisien atau bisa juga menciptakan produk baru (Gall, Gall, & Borg, 2003). Model yang dimaksud dalam penelitian ini adalah *Treatment* Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar untuk meningkatkan resiliensi pada remaja dengan orang tua bercerai.

Perencanaan dan penelitian pengembangan merupakan metode untuk mengembangkan produk baru, model, prosedur, teknik dan alat yang didasarkan pada

metode dan analisis dari permasalahan yang spesifik. Fokus pada perancangan dan penelitian pengembangan bersifat analisa awal sampai akhir yaitu perencanaan, produksi dan evaluasi (Sugiyono, 2017). Menurut Spector, Muraida, & Marlino (1992) dalam melakukan pengembangan atau membuat model tertentu dapat dilakukan analisis terhadap permasalahan sehingga didapatkan formula baru yang nantinya dilakukan uji coba validasi dari model yang dirancang tersebut dan dilakukan pula uji lapangan sehingga dapat dievaluasi. Setelah itu dilakukan perbaikan dan melakukan uji keefektifan model agar dapat dilakukan kepada subjek yang dituju.

Subjek Penelitian

Teknik pengambilan sampel yang digunakan pada subjek penelitian ialah *nonprobability sampling* yang tidak memberikan peluang atau kesempatan yang sama bagi setiap unsur (anggota) populasi untuk dipilih menjadi sampel. Penelitian ini dilakukan pada 10 remaja yang terdiri dari lima kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Penelitian ini menggunakan *purposive sampling*, yaitu subjek yang menjadi sampel diserahkan pada pertimbangan pengumpul data sehingga memudahkan dalam menyesuaikan maksud dan tujuan penelitian. Dengan kriteria sebagai berikut: (1) remaja berusia 12-19 tahun, (2) memiliki orang tua bercerai, (3) memiliki skor resiliensi rendah sampai dengan sedang, (4) bersedia mengikuti proses sampai selesai. Alasan menggunakan teknik pengambilan sampel ini ialah untuk mendapatkan nilai validitas yang sesungguhnya (Palys, 2008; Sugiyono, 2017).

Definisi Operasional

Definisi operasional digunakan untuk menghindari kesalah pahaman mengenai perbedaan penafsiran yang tertulis dalam penelitian. Definisi operasional dalam penelitian ini yaitu:

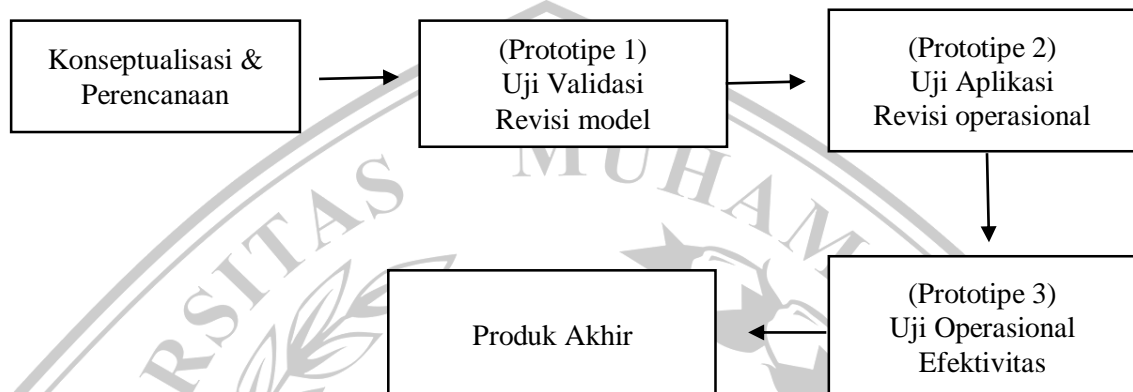
1. *Treatment* Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar

Treatment Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar diberikan kepada remaja dengan memberi tugas untuk menggambar secara kreatif dan menyusun gambar guna meningkatkan resiliensi remaja dengan orang tua bercerai.

2. Resiliensi

Resiliensi adalah bangkit dari keadaan terpuruk sehingga individu mampu untuk mengatasi atau mencegah hal-hal yang merugikan sehingga tetap kuat meskipun dalam keadaan yang sulit.

Prosedur Penelitian



Gambar 1. Tahap penelitian pengembangan

Langkah dalam penelitian pengembangan terdiri dari empat tahap, yaitu konseptualisasi & perencanaan, uji validasi, uji aplikasi dan uji operasional. Pada penelitian tahap awal dilakukan konseptualisasi yaitu peneliti mengkaji ulang mengenai literatur yang berkaitan dengan proses dan efektivitas intervensi yang sudah pernah dilakukan dalam meningkatkan resiliensi remaja dengan orang tua bercerai. Selanjutnya, dilakukan perencanaan terkait prosedur terapi khusus untuk menangani resiliensi pada remaja dengan orang tua bercerai.

Selanjutnya dilakukan uji validasi dengan cara pakar/ahli memberikan skor pada lembar penilaian sebagai evaluasi validitas model. Setelah melakukan uji validasi peneliti merevisi isi modul yang telah dinilai berdasarkan saran dan kritik para ahli. Tahap selanjutnya adalah uji aplikasi dengan melakukan uji coba model yang diberikan kepada subjek dalam skala kecil kemudian melakukan revisi berdasarkan penilaian subjek. Tahap terakhir ialah melakukan uji operasional yaitu mengaplikasikan model yang telah dikembangkan dalam skala subjek yang lebih besar dan melihat efektifitas model.

Instrumen pengumpulan data

Terdapat tiga instrumen yang digunakan dalam penelitian ini. Pertama ialah instrumen validasi yang diberikan kepada validator sebagai pakar/ahli untuk menilai beberapa aitem yang terdapat pada modul pengembangan yang telah dibuat. Validator menilai kesesuaian modul berdasarkan beberapa aspek yaitu latar belakang terbentuknya model, dasar teori, ruang lingkup model, serta prosedur model. Penilaian pada skala validasi model menggunakan lima alternatif jawaban: nilai 1 untuk skor sangat kurang, nilai 2 untuk skor kurang, nilai 3 untuk skor cukup baik, nilai 4 untuk skor baik, dan nilai 5 untuk skor sangat baik.

Instrumen kedua ialah skala penilaian aplikasi model yang diberikan untuk subjek yang memperoleh *Treatment* Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar. Subjek memberikan penilaian terhadap proses terapi yang diberikan oleh peneliti. Penilaian yang diberikan skor oleh subjek adalah penilaian untuk menilai jalannya intervensi yang telah dijalankan. Jumlah aitem yang diberi nilai oleh subjek ialah 11 dengan pemberian nilai 1 menunjukkan skor tidak memuaskan, nilai 2 menunjukkan skor kurang memuaskan, nilai 3 jika skor memuaskan, dan nilai 4 jika skor sangat memuaskan.

Instrumen yang ketiga ialah menggunakan alat ukur penelitian berupa kuesioner yang telah diadaptasi melalui bahasa Indonesia yaitu *Connor–Davidson Resilience Scale* (Connor & Davidson, 2003) untuk mengukur resiliensi dari subjek. Skala ini digunakan untuk mengukur skor subjek sebelum diberikan intervensi dan sesudah diberikan intervensi. Skala ini menggunakan lima pilihan jawaban yaitu nilai 0 Tidak ada sama sekali pada diri saya, 1 Jarang terjadi pada diri saya, 2 Kadang-kadang terjadi pada diri saya, 3 Sering terjadi pada diri saya dan 4 Hampir selalu terjadi pada diri saya.

Analisa Data

Uji yang dilakukan dalam penelitian ini ialah analisis data non parametrik dengan menggunakan Uji *Wilcoxon* dan Uji *Mann Whitney*. Uji *Wilcoxon* digunakan untuk mengetahui adanya perbedaan skor antara *pretest* dan *posttest*. Sedangkan Uji *Mann Whitney* digunakan untuk melihat perbandingan rata-rata (mean) pada kelompok

eksperimen dan kontrol. Analisis yang digunakan pada penelitian ini memiliki prosedur yang lebih luas dan menggunakan subjek dengan jumlah kecil (Oyeka & Ebuh, 2012). Uji dianalisa menggunakan program SPSS 23.

HASIL

Formulasi Model

Tahapan awal yang digunakan dalam penelitian pengembangan yaitu konseptualisasi dengan melakukan kajian terhadap literatur yang terkait dengan peningkatan resiliensi pada remaja dengan orang tua bercerai. Tahap selanjutnya yaitu melakukan rancangan prosedural model yang dirancang khusus untuk meningkatkan resiliensi remaja. Setelah dilakukan perancangan prosedural, pakar/ahli melakukan evaluasi untuk mengetahui validitas dan kelayakan model yang telah disusun sehingga dapat diterapkan secara aplikatif.

Hasil Uji Aplikatif

Uji validitas pakar

Treatment Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar dinilai oleh dua pakar/ahli. Pakar/ahli yang pertama ialah seorang psikolog klinis dari Biro Taka Psikologi di kota Malang. Pakar/ahli kedua adalah seorang akademisi sekaligus praktisi yaitu sebagai founder klinik psikologi & penanganan masalah perilaku anak & remaja Beloved Kanti Malang.

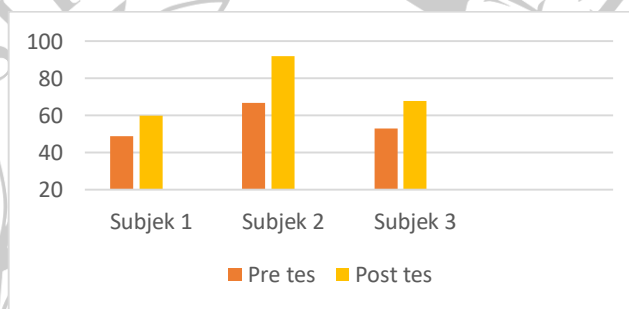
Penilaian oleh pakar/ahli menunjukkan rerata sebesar 3.72, dalam hal ini termasuk kategori cukup baik. Isi dalam modul sesuai dengan aspek-aspek yang telah disusun sehingga terjadi kesepakatan antar dua pakar/ahli yang telah menilai modul. Berdasarkan hasil data analisis penilaian terhadap modul *Treatment* Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar diketahui bahwa koefisien Kappa termasuk dalam kategori baik ($K=0.61$) (Landis & Koch, 1977). Sehingga dapat disimpulkan terdapat kesepakatan antar kedua pakar mengenai penilaian modul yang berarti bahwa modul *Treatment* Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar untuk remaja dengan orang tua bercerai tergolong baik.

Uji Aplikasi

Uji aplikasi yaitu proses uji coba yang dilakukan pada tahap persiapan guna mengetahui efektifitas dan kelayakan model yang telah disusun sebelum melaksanakan proses pengambilan data, sehingga jika ada yang kurang layak saat proses uji coba dapat diperbaiki kembali sebelum melanjutkan ke tahap pengambilan data.

Hasil uji aplikasi

Hasil uji coba yang dilakukan dapat dilihat melalui instrumen *Connor–Davidson Resilience Scale* sebanyak 25 aitem dengan pilihan jawaban 1-5. Instrumen ini diberikan sebelum dan sesudah terapi guna melihat adanya peningkatan resiliensi.



Gambar 2. Perbandingan Skor *Connor–Davidson Resilience Scale* Sebelum dan Setelah Diberikan Perlakuan

Berdasarkan hasil analisis (gambar 2) terlihat adanya peningkatan skor skala *Connor–Davidson Resilience Scale* yang mengukur resiliensi pada remaja dengan orang tua bercerai pada saat sebelum dan sesudah dilaksanakannya uji coba. Instrumen selanjutnya ialah penilaian yang diberikan kepada subjek untuk menilai aplikasi model proses intervensi yang telah dilakukan. Hasil skor penilaian instrumen terhadap intervensi yang dinilai oleh tiga orang subjek menunjukkan hasil pada kategori memuaskan ($M= 3.5$), sehingga *Treatment* Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar dapat diaplikasikan untuk meningkatkan resiliensi remaja dengan orang tua bercerai.

Hasil uji coba menunjukkan bahwa model yang telah dirancang dapat diterapkan untuk meningkatkan resiliensi remaja yang memiliki orang tua bercerai. Berdasarkan hasil dari validasi ahli/pakar dapat dilihat bahwa dengan melakukan pengkajian ulang terhadap aitem yang terdapat di dalam modul menunjukkan adanya

efektifitas dari terapi yang telah disusun. Aitem dalam modul meliputi latar belakang, dasar teori, teori pendukung lain dan tahapan proses terapi.

Validitas oleh kedua pakar/ahli dilakukan guna untuk menyamaan persepsi terhadap penilaian modul, untuk menyamakan persepsi digunakan uji analisis Kappa. Hasil dari uji Kappa dapat dilihat mengenai kelayakan dari modul yang telah dibuat. Hasil penilaian dari validator menunjukkan bahwa aspek-aspek yang disusun dalam modul *Treatment* Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar dapat digunakan untuk subjek remaja dengan orang tua bercerai. Hasil dari uji Kappa menunjukkan adanya kesesuaian penilaian antara kedua pakar/ahli sehingga modul *Treatment* Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar telah valid dan reliabel.

Penilaian evaluasi formatif diperlukan untuk mengetahui kelayakan dari sebuah model. Evaluasi bertujuan untuk mendapatkan umpan balik dari subjek yang diberikan perlakuan dan juga melihat kekurangan dari model yang dibuat. Hasil dari uji coba membuktikan bahwa *Treatment* Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar membantu remaja untuk mengeksperikan perasaan dan mengingat kejadian yang memiliki efek yang baik terhadap resiliensi remaja. Dukungan sosial dapat meningkatkan motivasi seseorang sehingga dapat menciptakan strategi untuk penyelesaian masalahnya sendiri (Ariani, 2017). Hal ini terbukti setelah diberikan *Treatment* Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar dapat membantu remaja untuk mengekspresikan perasaan dan setelahnya subjek lebih terbuka bercerita mengenai permasalahan dan dapat memikirkan hal positif apa yang dilakukan kedepannya.

Uji Efektivitas Model

Hasil analisis

Berdasarkan prosedur penelitian atau uji efektivitas yang dilakukan, hasil dari *pre-test* dan *post-test* dianalisis menggunakan Uji *Wilcoxon* untuk mengetahui apakah terjadi perubahan. Selain itu, dilakukan Uji *Mann-Whitney* untuk menganalisa perbedaan hasil antara kedua kelompok.

Tabel 1. Perbedaan *pretest* dan *posttest*

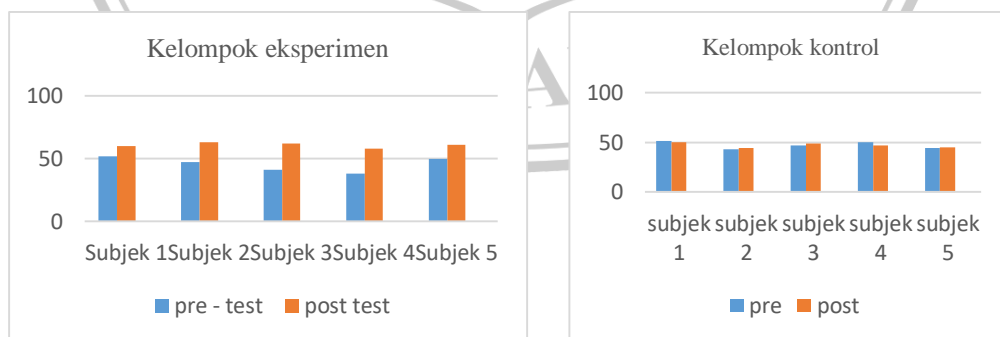
Kelompok	N	<i>Pretest</i>		<i>Posttest</i>		Z	ρ
		M	SD	M	SD		
Kelompok Eksperimen	5	45.60	5.49	60.80	1.94	-2.02*	0.04
Kelompok Kontrol	5	47.00	3.53	47.00	2.55	-.13*	0.89

Keterangan N = 5

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$.

Analisis data (tabel 1) dari hasil *pre-test* dan *post-test* menunjukkan adanya perbedaan yaitu adanya peningkatan pada kelompok eksperimen ialah ($M = 45,60$ $SD = 5,49$) dan setelah diberikan *Tratmen* Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar terjadi peningkatan menjadi ($M = 60,80$ $SD = 1,94$). Berdasarkan hasil Uji *Wilcoxon* didapatkan hasil ($Z = -2,02$ $p = 0,04$) yaitu adanya perbedaan dari hasil *pre test* dan *post test*.

Berdasarkan hasil analisis pada kelompok kontrol diketahui tidak ada perbedaan dalam hasil rata-rata yaitu sebesar ($M = 47,00$). Hal ini menandakan bahwa pada kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan tidak terdapat perbedaan. Berdasarkan hasil Uji *Wilcoxon* didapatkan hasil ($Z = -.13$ $p = ,89$) yang artinya tidak ada perbedaan yang signifikan dari hasil *pretest* dan *posttest*. Dapat diambil kesimpulan bahwa pada kelompok kontrol tidak memiliki peningkatan resiliensi.



Gambar 3. Skor skala resiliensi dari kelompok eksperimen dan kelompok kontrol

Hasil analisis data (Gambar 3) menunjukkan adanya perbedaan hasil *pretest* dan *posttest* pada kedua kelompok. Kelompok eksperimen yang mendapatkan *Treatment* Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar memiliki perbedaan yang signifikan yang dibuktikan dengan adanya peningkatan resiliensi sedangkan pada kelompok kontrol tidak terdapat perubahan yang signifikan.

Untuk mengetahui perbedaan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dilakukan uji *Mann Whitney*, yang menghasilkan adanya perbedaan resiliensi yang signifikan ($Z = -2,61$ $p = 0,00$). Sehingga dapat disimpulkan bahwa kelompok yang diberikan *Treatment* Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar mengalami kenaikan pada skor skala resiliensi dibandingkan dengan kelompok yang tidak diberi perlakuan.

Hasil analisis data dengan menggunakan *Uji Wilcoxon* didapatkan bahwa terjadi peningkatan pada skor resiliensi di kelompok eksperimen, dimana kelompok eksperimen diberi perlakuan *Treatment* Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar. Selanjutnya pada hasil Uji *Mann Whitney* didapatkan hasil adanya perbedaan yang signifikan antar kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Melalui penjelasan tersebut didapatkan hasil bahwa pemberian *Treatment* Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar efektif untuk meningkatkan resiliensi remaja dengan orang tua bercerai.

Peningkatan skor pada subjek terbentuk dari pemahaman mengenai penjelasan resiliensi yang diberikan dan juga gambar pada sesi yang telah disusun. Subjek pada awal sesi belum memahami cara menyelesaikan masalah sehingga larut dalam kesedihan dan subjek belum bisa menerima perubahan keadaan dalam keluarga. Dengan adanya sesi gambar dalam intervensi, subjek dapat melakukan *rolleplay* terkait dengan bagaimana cara pemecahan masalah jika dilihat dari berbagai sudut pandang. Selanjutnya pada akhir sesi, subjek mampu menentukan hal positif apa yang ingin dicapai dan dapat meyakinkan diri sendiri bahwa ia mampu mengatasi masalah secara baik dan tenang. Selain itu subjek mampu menerima dengan baik perubahan dalam keluarga dan tidak lupa melibatkan Allah SWT untuk memperkuat keyakinannya dalam menyelesaikan masalah.

Dari lima aspek resiliensi pada intervensi didapatkan hasil paling tinggi ialah aspek pengaruh spiritual dan yang paling rendah ialah aspek kepercayaan pada diri

sendiri. Sedangkan hasil pada masing-masing subjek yaitu subjek FE, S dan A aspek yang tinggi ialah aspek kompetensi sosial. Sedangkan aspek tertinggi dari subjek R dan F ialah aspek pengaruh spiritual.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil dari penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa *Treatment* Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar mampu meningkatkan resiliensi pada subjek remaja dengan orang tua bercerai. Hal tersebut ditunjang dengan adanya perbedaan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Kelompok eksperimen menunjukkan hasil *post – test* yang lebih tinggi dibandingkan hasil *post – test* kelompok kontrol. Berdasarkan hasil uji analisis, terdapat perbedaan yang signifikan dari hasil kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol.

Remaja dengan orang tua bercerai umumnya merasakan lebih banyak kesedihan, keputusan dan konflik dibandingkan dengan remaja yang tumbuh dalam keluarga lengkap. Padahal, seharusnya remaja harus dapat melewati masa peralihan dari kanak-kanak menuju dewasa dengan baik salah satunya dengan adanya bimbingan dari kedua orang tua (Oldehinkel et al, 2008). Maka dari itu, konflik yang muncul ialah karena kurangnya kasih sayang dari orang tua yang tidak utuh. Perceraian termasuk hal yang sangat sensitif untuk kualitas interaksi antara orang tua dan remaja. Ketika remaja menyaksikan konflik orang tua maka hal itu dapat memiliki efek jangka panjang pada perkembangan psikologis (Amato, 2014).

Selain faktor dari keluarga, faktor lingkungan juga harus mendukung agar remaja tidak terjebak dalam hal negatif. Lingkungan terdekat yaitu dari teman sebaya dan juga guru. Saat terjadi perceraian mungkin remaja tidak bisa langsung mengungkapkan kekecewaan terhadap keluarga tetapi remaja lebih terbuka pada teman sebaya atau guru di sekolah. Maka dari itu, dukungan dari teman dan juga guru diperlukan. Terlebih, jika remaja dengan orang tua bercerai mengalami perubahan dalam hal keseharian seperti lebih murung dari biasanya. Disini, sangat diperlukan perhatian khusus agar remaja tidak hanya memendam kekecewaannya yang nantinya akan berdampak buruk pada dirinya. Dalam penelitian, terapis membutuhkan

informasi dari *significant other* yaitu guru karena sesi dilakukan di sekolah. Selain melihat hasil dari skala resiliensi, terapis mempertimbangkan dengan informasi yang diberikan guru terkait dengan sikap siswa di sekolah atau cerita keluarga yang guru ketahui. Dengan informasi yang didapatkan, *Treatment* Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar dapat dilakukan pada subjek yang membutuhkan penanganan.

Melalui media gambar, remaja dapat menggambar bebas sesuai dengan pengalaman mereka mengenai suatu peristiwa. Dari gambar yang subjek lakukan aspek terpenting dari tugas terapis ialah dapat melihat gambar menjadi satu kesatuan dengan cerita yang diungkapkan oleh subjek. Lalu dengan adanya diskusi antar terapis dan subjek selanjutnya dibahas mengenai hubungan gambar dan pengalaman hidup serta cara menyelesaikan permasalahan. Subjek yang mengikuti intervensi mendapatkan *insight* dari sesi yang dilakukan. Sehingga, pemikiran negatif atau keyakinan salah yang dipertahankan dapat berubah menjadi pemikiran yang lebih positif. Hal ini sejalan dengan tujuan dari kognitif terapi yaitu sebagai suatu kegiatan terapeutik untuk membangun pemikiran positif dan memperbaiki proses pemikiran dengan menyangkal pemikiran negatif yang dipertahankan oleh subjek (Barber & Derubeis, 1989). Media gambar dipilih karena tidak semua orang dapat mengungkapkan cerita terutama cerita kesedihan mengenai keluarga secara langsung.

Melalui penjelasan tersebut, maka yang dapat menyebabkan subjek memiliki resiliensi rendah karena adanya proses berfikir yang salah mengenai pengalaman perceraian orang tua. Sehingga subjek pesimis mengenai keadaannya saat ini dan masa depan. Selain dari pemikiran yang salah dalam memaknai sebuah peristiwa, hal tersebut berdampak pada emosi yang negatif dan juga perilaku sehari-hari yang kurang tepat. Setelah dilakukan intervensi kepada subjek maka terapis dan subjek sama-sama memperbaiki persepsi yang salah mengenai peristiwa yang dialami dengan cara berdiskusi setelah melakukan sesi. Hasilnya berdampak pada adanya pemikiran positif sehingga menjadikan subjek individu yang tangguh.

Treatment Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar membantu remaja untuk mengekspresikan perasaan dan mengingat kejadian yang diekspresikan melalui gambar. Menurut Linesch (2016), gambar yang dihasilkan remaja dapat membantu terapis menemukan beberapa gagasan tentang kepedulian remaja dan keadaan

kehidupan, terutama situasi yang terlalu berisiko untuk diungkapkan atau terlalu pribadi untuk diceritakan. Sehingga, melalui media gambar remaja dapat secara tidak langsung bercerita mengenai pengalaman yang tidak mengenakan baginya tanpa harus langsung bercerita. Selain itu dengan menggambar individu mampu melakukan katarsis serta refleksi diri dan introspeksi dengan baik maka individu mampu memahami dan mengatasi konflik yang dialami dengan baik pula.

Berdasarkan hasil penelitian bahwa terjadi kenaikan skor resiliensi setelah diberikan perlakuan *Treatment* Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar untuk membantu remaja mengeksperikan perasaan dan menemukan solusi dari permasalahan yang dialami. Salah satu subjek penelitian yang memiliki orang tua bercerai dengan jangka waktu lebih pendek yaitu tiga bulan menunjukkan kurangnya fokus dan lebih tertutup dalam menceritakan permasalahannya karena merasa masih bingung menghadapi perubahan yang terjadi. Menurut Storksen et al (2005) perceraian yang terjadi saat remaja menunjukkan perkembangan yang lebih negatif dibandingkan dengan remaja yang memiliki pengalaman perceraian orang tua pada masa kanak-kanak karena pada masa kanak-kanak perceraian dapat mempengaruhi anak bahkan bertahun-tahun setelah perceraian itu terjadi. Menurut Zeratsion et al, (2015) anak-anak yang lebih muda mungkin lebih terpengaruh oleh perceraian orang tua daripada remaja karena anak-anak yang lebih mudah merasa sulit untuk memahami peristiwa keluarga dan takut kehilangan sumber dukungan dari satu atau kedua orang tua.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dengan mengikuti sesi *Treatment* Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar, kelima subjek mengingat kembali peristiwa perceraian orang tua. Meskipun, subjek mengingat peristiwa sedih dalam hidupnya tetapi harapannya subjek dapat mengeksperikan perasaan melalui gambar dan setelah bercerita mengenai peristiwa apa yang dialami. Melalui gambar dan diskusi dengan terapis subjek diarahkan untuk dapat menyelesaikan permasalahan ke arah yang positif meskipun mengalami keadaan keluarga yang tidak utuh (Shand, 2014). Menurut Storksen et al (2005) perempuan mengalami lebih banyak tekanan dan bereaksi lebih banyak pula pada peristiwa kehidupan mengenai peristiwa perceraian dibandingkan dengan laki-laki. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang telah dilakukan bahwa subjek perempuan lebih banyak memberikan reaksi saat menceritakan perceraian

orang tua, lebih emosional dan kejadian tersebut lebih membekas dibandingkan dengan subjek laki-laki yang masih dapat bercerita dengan kuat mengenai perceraian orang tuanya.

Hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa subjek laki-laki tidak emosional saat menceritakan perceraian orang tua. Hal ini berbeda dengan subjek perempuan yang mengungkapkan cerita lebih emosional dengan ekspresi sedih bahkan menangis. Berdasarkan skor hasil pada perempuan setelah diberikan perlakuan meningkat lebih tinggi dibandingkan dengan skor laki-laki. Hasil ini dapat saja terjadi karena subjek perempuan lebih banyak memberikan reaksi terhadap sesi-sesi dalam proses intervensi dibanding dengan subjek laki-laki. Sehingga setelah mengikuti intervensi subjek dapat menelaah apa saja hal-hal yang belum dilakukan dan yang akan dilakukan untuk mencapai tujuan yaitu memiliki sikap resilien dalam diri.

Perubahan yang terjadi dalam keluarga membuat remaja menjadi tidak nyaman. Salah satu perubahan yang biasa dialami oleh keluarga berpisah ialah remaja mulai beradaptasi dengan penjadwalan mengunjungi orang tua yang tidak tinggal bersama. Orang tua yang tinggal berpisah mempunyai aturan baru, sikap, prinsip pengasuhan dan hubungan sosial yang berbeda dibandingkan dengan keadaan sebelum perceraian terjadi. Hal ini membuat ketidaknyaman dalam hal kelekatan pada orang tua terlebih jika orang tua tidak memberi pengertian terhadap situasi baru mengenai perubahan yang terjadi (Chen & George, 2005).

Dengan adanya resiliensi yang dilakukan melalui intervensi berfungsi untuk mempromosikan atau melindungi kesehatan mental dan perkembangan mental individu. Dengan meningkatnya resiliensi, remaja mengerti bahwa mereka masih memiliki kekuatan untuk melanjutkan hidup dan menyelesaikan permasalahan yang terjadi (Sapienza & Masten, 2011). Remaja yang mandiri dan dapat terlibat baik dengan lingkungannya memiliki kemungkinan untuk mengatasi kemungkinan efek negatif yang terjadi pasca perceraian. Remaja yang melakukan upaya untuk mencari tahu alasan orang tua bercerai dapat lebih tangguh dalam menghadapi permasalahan (Chen & George, 2005). Di dalam resiliensi terdapat *comprehensibility* yaitu individu paham mengenai permasalahan yang sedang terjadi sehingga ketika individu

mengetahui alasan perceraian orang tua maka ia dapat dengan baik menyelesaikan permasalahan dan menjadi individu yang tangguh (Hefferon & Boniwell, 2011).

Tidak semua individu dengan orang tua bercerai mengerti bagaimana cara penyelesaian masalah dengan baik. Keluarga yang tidak harmonis bukan lagi menjadi tempat yang memberikan rasa nyaman, saling berbagi dan menjadi pelindung bagi remaja. Sehingga kebanyakan remaja dengan orang tua bercerai memendam sendiri permasalahannya dengan berbagai alasan. Dari hal ini dapat disimpulkan bahwa meskipun orang tua berpisah tetapi rasa sayang terhadap anak seharusnya tidak berkurang. Sehingga, setelah perceraian terjadi remaja tidak terlalu sulit dalam menerima perubahan yang terjadi. Orang tua sebaiknya memberi tahu alasan atau memberi pengertian mengenai peristiwa yang dialami.

Selain itu di sekolah diperlukan guru yang lebih tanggap terhadap perubahan siswa. Siswa dengan orang tua bercerai dapat berubah lebih emosional dan terjadi perubahan perilaku. Sehingga agar perubahan tersebut tidak merugikan siswa dan lingkungan sekolah maka guru juga sebaiknya mengetahui peristiwa apa yang terjadi kepada siswanya agar tidak mengganggu pelajaran di sekolah. Selain faktor keluarga, lingkungan remaja juga harus di kontrol dengan baik agar tidak terjerumus melakukan hal-hal negatif.

Hal terpenting yang harus dilakukan ialah remaja tidak hanya terfokus pada perceraian orang tua yang sudah terjadi tetapi bagaimana cara remaja menyikapi permasalahan yang hadir saat perceraian terjadi. Dengan demikian, saat remaja mampu untuk menghadapi permasalahan dengan baik maka hal itu dapat mencerminkan kualitas pengalaman sebagai upaya preventif untuk melakukan perbaikan diri (Farber, Felner, & Primavera, 1985).

SIMPULAN DAN IMPLIKASI

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *Treatment* Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar ialah model yang valid dan dapat diaplikasikan untuk meningkatkan resiliensi pada remaja dengan orang tua bercerai. Melalui media gambar, subjek lebih mudah untuk menceritakan permasalahan yang ingin diungkapkan. Uji analisis menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan pada skor resiliensi subjek sesudah diberikan

perlakuan *Treatment* Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar. Selain itu, terdapat juga perbedaan antar kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

Penulis selanjutnya dapat menerapkan *Treatment* Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar kepada banyak subjek di berbagai lokasi. Subjek penelitian ini terbatas dalam lingkup sekolah. Peneliti selanjutnya dapat mengikutsertakan orang tua dalam proses intervensi sehingga orang tua mengerti kondisi remaja setelah perceraian terjadi. Peneliti selanjutnya juga dapat mempertimbangkan jangka waktu perceraian orang tua.

REFERENSI

- Afifi, T. D., & McManus, T. (2010). Divorce disclosures and adolescents' physical and mental health and parental relationship quality. *Journal of Divorce and Remarriage*, 51(2), 83–107. <https://doi.org/10.1080/10502550903455141>
- Altundag, Y., & Bulut, S. (2014). Prediction of Resilience of Adolescents Whose Parents Are Divorced. *Psychology*, 05(10), 1215–1223. <https://doi.org/10.4236/psych.2014.510134>
- Altundağ, Y., & Bulut, S. (2014). Prediction of Resilience of Adolescents Whose Parents Are Divorced. *Psychology*, 05(10), 1215–1223. <https://doi.org/10.4236/psych.2014.510134>
- Amato, P. R. (2014). The Consequences Of Divorce For Adults And Children: An Update. *Drustvena Istrazivanja*, 23(1), 5–24. <https://doi.org/10.5559/di.23.1.01>
- Anyan, F., & Hjemdal, O. (2016). Adolescent stress and symptoms of anxiety and depression: Resilience explains and differentiates the relationships. *Journal of Affective Disorders*, 203(July), 213–220. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2016.05.031>
- Ariani, D. W. (2017). Do Social Relationship Affects Motivation? *Advances in Management & Applied Economics*, 7(3), 1792–7552. Retrieved from <https://www.researchgate.net/publication/318946151>
- Avila, C. (2013). A Handbook To Help Adolescent Cope With Divorce. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699. <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Barber, J. P., & Derubeis, R. J. (1989). On Second Thought - Where the Action Is in Cognitive Therapy for Depression (Barber & DeRubeis 1989).pdf. *Cognitive Therapy and Research*, 13(5), 441–457.
- Beck, A. T. (1970). Cognitive Therapy: Nature and Relation to Behavior Therapy. *Behavior Therapy*, 1, 184–200. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2016.11.003>

- Blanca Notario-Pacheco, Montserrat Solera-Martínez, María D Serrano-Parra, Raquel Bartolomé-Gutiérrez, J. G.-C. and V. M.-V. (2011). Resilience in Children: A Review of Literature With Implications for Education. *Urban Education*, 41(3), 211–236. <https://doi.org/10.1177/0042085906287902>
- Chen, J. de, & George, R. A. (2005a). Cultivating Resilience in Children From Divorced Families. *The Family Journal*, 13(4), 452–455. <https://doi.org/10.1177/1066480705278686>
- Chen, J. de, & George, R. A. (2005b). Cultivating Resilience in Children From Divorced Families. *The Family Journal*, 13(4), 452–455. <https://doi.org/10.1177/1066480705278686>
- Clements, K. (1996). The Use of Art Therapy With Abused Children. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, 01(2), 181–198. <https://doi.org/0803973233>
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003). Development of a new Resilience scale: The Connor-Davidson Resilience scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18(2), 76–82. <https://doi.org/10.1002/da.10113>
- Fan, R. J. (2012). A Study on the Kinetic Family Drawings by Children with Different Family Structures. *The International Journal of Arts Education*, 173–204.
- Farber, S. S., Felner, R. D., & Primavera, J. (1985). Parental separation/divorce and adolescents: An examination of factors mediating adaptation. *American Journal of Community Psychology*, 13(2), 171–185. <https://doi.org/10.1007/BF00905727>
- Fraser, M., Galinsky, M., & Richman, J. (1999). Risk, protection, and resilience: Toward a conceptual framework. *Social Work Research*, 3(23), 131–142.
- Gall, M. D., Gall, J. P., & Borg, W. R. (2003). *Educational research (An introduction)*. (Colophon, Ed.), *Perason Education, Inc* (Seventh Ed). New York.
- Greeff, A. P., & van der Merwe, S. (2004). Variables associated with resilience in divorced families. *Social Indicators Research*, 68(1), 59–75. <https://doi.org/10.1023/B:SOCI.0000025569.95499.b5>
- Hefferon, K., & Boniwell, I. (2011a). *Positive psychology: theory, research and applications*. Retrieved from <http://site.ebrary.com/lib/acap/docDetail.action?docID=10604359&p00=carr2011%5Cnhttp://books.google.co.uk/books?id=TFU9YgEACAAJ>
- Hefferon, K., & Boniwell, I. (2011b). *Positive psychology: Theory, research and applications*. McGraw-Hill Education (UK).
- Henderson, N., & Milstein, M. M. (2003). *Resiliency in schools: Making it happen for students and educators*. Corwin Press.
- Holmes, M., Yoon, S., Voith, L., Kobulsky, J., & Steigerwald, S. (2015). Resilience in Physically Abused Children: Protective Factors for Aggression. *Behavioral Sciences*, 5(2), 176–189. <https://doi.org/10.3390/bs5020176>
- Hornor, G. (2017). Resilience. *Journal of Pediatric Health Care*, 31(3), 384–390.

<https://doi.org/10.1016/j.pedhc.2016.09.005>

- Karela, C., & Petrogiannis, K. (2018). Risk and Resilience Factors of Divorce and Young Children's Emotional Well-Being in Greece: A Correlational Study. *Journal of Educational and Developmental Psychology*, 8(2), 68. <https://doi.org/10.5539/jedp.v8n2p68>
- Klimstra, T. A., & Doeselaar van, L. (2017). Identity formation in adolescence and young adulthood. *Personality Development Across the Lifespan*, (December), 293–308. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-804674-6.00018-1>
- Landis, J. R., & Koch, G. G. (1977). The Measurement of Observer Agreement for Categorical Data. *Biometrics*, 33(1), 159. <https://doi.org/10.2307/2529310>
- Linesch, D. (2016). Art Therapy with Adolescents. *The Wiley Handbook of Art Therapy*, 252–261. <https://doi.org/10.1002/9781118306543.ch25>
- Mahmud, Z., Yunn, Y. P., Aziz, R., Salleh, A., & Amat, S. (2011). Counseling children of divorce. *World Applied Sciences Journal*, 14(SPL ISS 4), 21–27.
- Malchiodi a Cathy. (2005). *Expressive Therapies*.
- Masten, A. S. (2014). Global Perspectives on Resilience in Children and Youth. *Child Development*, 85(1), 6–20. <https://doi.org/10.1111/cdev.12205>
- Newman, T., & Barnardo's. (2004). What works in building resilience?, ix, 115 p.
- Oldehinkel, A. J., Ormel, J., Veenstra, R., De Winter, A. F., & Verhulst, F. C. (2008). Parental divorce and offspring depressive symptoms: Dutch developmental trends during early adolescence. *Journal of Marriage and Family*, 70(2), 284–293. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2008.00481.x>
- Oyeka, I. C. A., & Ebuh, G. U. (2012). *Aplikasi*. Open Journal of Statistics (Vol. 2). Scientific Research Publishing.
- Palys, T. (2008). Purposive sampling. *The Sage Encyclopedia of Qualitative Research Methods*, 2(1), 697–698.
- Richey, R. C., Klein, J. D., & Nelson, W. A. (2004). Developmental research: Studies of instructional design and development. *Handbook of Research for Educational Communications and Technology*, 2, 1099–1130.
- Sapienza, J. K., & Masten, A. S. (2011). Understanding and promoting resilience in children and youth. *Current Opinion in Psychiatry*, 24(4), 267–273. <https://doi.org/10.1097/YCO.0b013e32834776a8>
- Schouten, K. A., de Niet, G. J., Knipscheer, J. W., Kleber, R. J., & Hutschemaekers, G. J. M. (2015). The Effectiveness of Art Therapy in the Treatment of Traumatized Adults: A Systematic Review on Art Therapy and Trauma. *Trauma, Violence, and Abuse*, 16(2), 220–228. <https://doi.org/10.1177/1524838014555032>
- Shand, M. (2014). *Understanding and building resilience with art: A socio-ecological*

- approach. *Theses: Doctorates and Masters*. Retrieved from <http://ro.ecu.edu.au/theses/1402>
- Spector, J. M., Muraida, D. J., & Marlino, M. R. (1992). Cognitively based models of courseware development. *Educational Technology Research and Development*, 40(2), 45–54. <https://doi.org/10.1007/BF02297048>
- Storksen, I., Roysamb, E., Moum, T., & Tambs, K. (2005). Adolescents with a childhood experience of parental divorce: A longitudinal study of mental health and adjustment. *Journal of Adolescence*, 28(6), 725–739. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2005.01.001>
- Sugiyono, P. (2017). Metode Penelitian. *Research and Development/R & D*.
- Wald, J., Taylor, S., Asmundson, G. J. G., Jang, K. L., & Stapleton, J. (2006). Literature Review of Concepts : PsWald, J., Taylor, S., Asmundson, G. J. G., Jang, K. L., & Stapleton, J. (2006). Literature Review of Concepts : Psychological Resiliency DRDC Toronto Scientific Authority: Defence R & D Canada – Toronto, (July).ychologic, (July).
- Waller, D. (2006). Art therapy for children: How it leads to change. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, 11(2), 271–282. <https://doi.org/10.1177/1359104506061419>
- Wallerstein, J. S. (1986). Child of divorce: An overview. *Behavioral Sciences & the Law*, 4(2), 105–118. <https://doi.org/10.1002/bsl.2370040202>
- Widyastuti, T. (2017a). Resilience of a Child From Broken-Home Family: a Phenomenology Study. *IJASOS- International E-Journal of Advances in Social Sciences*, III(9), 1024–1034. <https://doi.org/10.18769/ijasos.370052>
- Widyastuti, T. (2017b). Resilience of a Child From Broken-Home Family: a Phenomenology Study. *IJASOS- International E-Journal of Advances in Social Sciences*, (October), 1024–1034. <https://doi.org/10.18769/ijasos.370052>
- Zarobe, L., & Bungay, H. (2017). The role of art activities in developing resilience and mental wellbeing in children and young people a rapid review of the literature. *Perspectives in Public Health*, 137(6), 337–347. <https://doi.org/10.1177/1757913917712283>
- Zeratsion, H., Bjertness, C. B., Bjertness, E., Dalsklev, M., Haavet, O. R., Halvorsen, J. A., ... Claussen, B. (2015). The Influence of Parental Divorce on Educational Ambitions of 18/19 Year-Old Adolescents from Oslo, Norway. *Journal of Child and Family Studies*, 24(10), 2865–2873. <https://doi.org/10.1007/s10826-014-0090-6>



LAMPIRAN

Treatment Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar
“Penanganan Kepada Remaja dengan Orang Tua Bercerai”

Ade Ayu Harisdiane Putri

Latipun

Rr. Siti Suminarti Fasikhah



Penerbit

Psychology Forum

Treatment Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar “Penanganan Kepada Remaja dengan Orang Tua Bercerai”

vi, 32 hlm, lampiran

Ade Ayu Harisdiane Putri

Latipun

Rr. Siti Suminarti Fasikhah

© Psychology Forum

Universitas Muhammadiyah Malang

Jl. Tlogomas 246 Malang 65144

Email : psyforum@umm.ac.id

Edisi pertama

Januari 2020

Hak Cipta dilindungi Undang-Undang Dilarang memperbanyak karya tulis ini dalam bentuk dan dengan cara apa pun, termasuk fotokopi, tanpa izin tertulis dari penerbit.



KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas limpahan nikmat, rahmat dan hidayahNya, sehingga modul ini dapat terselesaikan. Modul ini merupakan hasil kajian yang diperuntukkan untuk remaja dengan orang tua bercerai. Tujuan modul ialah sebagai petunjuk atau pedoman untuk meningkatkan resiliensi remaja dengan orang tua bercerai. Diharapkan dengan mengikuti sesi *Treatment* Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar, subjek dapat mengekspresikan perasaan yang tidak dapat terungkap dan memberikan pemahaman bahwa mereka dapat menjadi remaja yang kuat dan tangguh sehingga tidak berdampak negatif bagi kehidupannya.

Penulisan modul ini juga tidak luput dari bantuan berbagai pihak. Maka dari itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dr. Cahyaning Suryaningrum, M.Si selaku Ketua Program Studi Magister Profesi Psikologi yang telah memberikan dukungan dalam penyelesaian modul
2. Yanuarty Paresma W, M.Psi., Psikolog & Amelia Aziz Daeng M, M.Psi Psikolog selaku pakar / ahli yang telah memberikan kritik dan saran agar dapat menghasilkan modul yang baik
3. Seluruh pihak Magister Profesi Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang
4. Kedua orang tua dan keluarga yang telah memberikan dukungan serta motivasi untuk penulis dalam menyelesaikan modul

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan modul ini masih terdapat kelemahan yang perlu diperkuat dan kekurangan yang perlu dilengkapi. Oleh karena itu, dengan rendah hati penulis megharapkan masukan, koreksi dan saran untuk memperkuat kelemahan dan melengkapi kekurangan tersebut. Semoga modul ini dapat bermanfaat bagi penulis khususnya dan pembaca pada umumnya.

Malang, Januari 2020

Penulis

BAGIAN I

PENDAHULUAN

Perceraian termasuk salah satu dari banyak peristiwa yang dapat mengubah kehidupan dalam keluarga. Selain itu, secara tidak langsung permasalahan yang terjadi dalam keluarga seperti perceraian mempunyai dampak pada diri remaja. Saat remaja permasalahan menjadi lebih kompleks karena pada masa remaja ia sudah mulai memahami konsep dari sebuah keluarga dan mulai banyak pertanyaan mengenai perubahan yang terjadi di sekitarnya. Saat perceraian terjadi, kebanyakan orang tua terlalu berfokus pada permasalahan dalam proses perceraian dan mengabaikan anak. Adakalanya anak menjadi salah satu bagian yang diperdebatkan. Sehingga bukan hal mudah bagi sebuah keluarga untuk menerima perceraian dengan baik (Altundag & Bulut, 2014).

Perceraian orang tua dapat terjadi pada saat kanak-kanak, remaja bahkan dewasa. Namun demikian subjek pada penelitian ini berfokus pada remaja. Hal tersebut dikarenakan pada fase remaja terdapat tuntutan untuk mengembangkan identitas diri. Bersamaan dengan itu, kemandirian dan tanggung jawab juga menjadi faktor yang mempengaruhi proses menemukan identitas diri pada remaja. Hal ini sejalan dengan teori Erikson bahwa pembentukan identitas dimulai pada saat remaja. Kegagalan dalam pembentukan identitas diri dapat menyebabkan individu mengembangkan perilaku mengganggu, agresi dan melakukan hal negatif lainnya. Menurut Erikson jika individu mampu memandang dirinya sebagai orang yang dapat diandalkan maka individu tersebut menyesuaikan perilakunya sehingga sesuai dengan pandangan diri. Maka dari itu jika tidak dibantu, remaja dengan orang tua bercerai dapat menjadi remaja yang tidak kuat dalam menghadapi permasalahan (Klimstra & Doeselaar, 2017).

Perceraian sering diikuti oleh serangkaian keadaan sulit bagi remaja, termasuk berkurangnya kontak dengan orang tua tanpa hak asuh, berlanjutnya dendam antara orang tua, penurunan standar hidup remaja, dan berkurangnya anggota dalam keluarga. Selain itu, sebagian besar orang tua menemukan pasangan baru setelah perceraian dan banyak remaja merasa menghadapi orang tua tiri merupakan situasi baru yang

menantang. Adanya orang tua baru juga berarti bahwa remaja mengalami perubahan yang signifikan yang dapat menambah kekacauan dalam hidup mereka (Avila, 2013). Remaja dari orang tua yang bercerai menunjukkan prestasi yang lebih rendah dan mengalami kesulitan yang lebih besar dalam belajar daripada teman sekelas mereka dari keluarga dengan dua orang tua yang utuh (Wallerstein, 1986). Permasalahan tidak hanya untuk individu yang memiliki orang tua bercerai pada masa remaja tetapi juga individu yang orang tuanya bercerai jauh sebelum masa remaja dipengaruhi secara negatif.

Saat terjadinya permasalahan dalam hidup seseorang, maka diharapkan individu tersebut dapat memandang secara positif kejadian yang dialami. Ketika dihadapkan dengan suatu situasi yang sulit, individu tersebut seakan “terjebak” dalam pikirannya sendiri sehingga ia selalu memandang dirinya orang yang tidak beruntung dan selalu berfikir negatif. Salah satu hambatan terbesar bagi fungsi psikologis yang sehat adalah pemikiran ruminatif yang negatif atau pesimis. Salah satu hal utama menuju diri yang lebih tangguh adalah mengubah pola berpikir negatif atau pesimis lalu mengembangkan gaya berpikir yang terarah dan jelas serta optimis dapat dilalui dengan baik (Altundag & Bulut, 2014). Cara untuk membuat individu dapat menghargai dirinya sendiri ialah dengan cara menjadi orang yang resilien. Resiliensi sangat dibutuhkan ketika seseorang mengalami keterpurukan atau berada dalam permasalahan. Resiliensi merupakan perlindungan positif untuk mengurangi kondisi yang beresiko lebih negatif (Hornor, 2017).

Keberhasilan atau kegagalan seorang dalam berurusan dengan perceraian orang tua tergantung pada daya tahan individu. Daya tahan atau kapasitas dalam menangani konflik disebut resiliensi. Ketahanan adalah hasil positif ketika individu menghadapi kondisi berisiko atau di bawah tekanan, dan dapat pulih walaupun dalam keadaan tekanan yang mengancam. Remaja yang tinggal di lingkungan yang ekstrem dan tidak kondusif dapat pula memiliki perkembangan yang positif meskipun memiliki pengalaman yang tidak menyenangkan, karena beberapa remaja dengan orang tua yang bercerai dapat berprestasi dan menjadi positif meskipun terjadi permasalahan yaitu perceraian orang tua mereka. (Widyastuti, 2017).

Mengingat tingginya perceraian, identifikasi faktor resiliensi dalam keluarga dapat sangat berharga terutama dalam penyediaan intervensi pendukung yang tepat. Intervensi yang dapat digunakan untuk menangani permasalahan remaja dengan orang tua bercerai ialah *art therapy*. Dalam penelitian Shand (2014) terdapat hubungan yang positif antara *art therapy* dan juga resiliensi. Penggabungan antara *art therapy* dan resiliensi dapat mengungkap kisah yang tersembunyi. Setiap orang memiliki ceritanya masing-masing dan cerita tersebut mempunyai peran terhadap diri seseorang agar orang tersebut menjadi pribadi yang lebih tangguh dan lebih kuat. Cerita yang dimiliki seseorang sebaiknya tidak dipendam karena dapat memperkuat perilaku negatif. Selain itu dengan menghubungkan *art therapy* dengan resiliensi, individu menjadi lebih percaya diri dan dapat membangun hubungan yang baik dengan orang lain sehingga tidak memaknai hidup setelah adanya perceraian orang tua dengan hal yang negatif (Zarobe & Bungay, 2017).

Penanganan yang dapat digunakan untuk remaja dari perceraian orang tua ialah konseling. Konseling dapat dilakukan untuk membangun kembali keterampilan interaksi dengan teman sebaya ataupun lingkungan sekitar. Konseling juga dapat melibatkan guru, orang tua dan teman sebaya dalam upaya membantu mengurangi stres pada klien dan mendorong mereka untuk melanjutkan kegiatan sehari-hari dengan baik. Untuk menghindari respon diam atau tidak nyaman dalam bercerita mengenai permasalahan yang dialami, maka konseling dapat dilakukan dengan menggunakan media bermain agar mendapatkan kesan yang menyenangkan. Dengan melakukan konseling klien dapat bercerita mengenai permasalahan yang dialami dan bagaimana cara ia dalam menangani masalah. Proses konseling memberikan pemahaman, bagaimana harapan setelah terjadi peristiwa dan bagaimana cara klien untuk meminta pertolongan kepada orang terdekat dan orang yang lebih ahli. Selain itu, diperlukan dukungan dari lingkungan sekitar agar konseling berjalan dengan baik (Mahmud et al, 2011).

Selain itu dapat juga menggunakan *art therapy* agar individu dapat mengekspresikan perasaan secara nonverbal. Kekurangan dari *art therapy* ialah terapi ini membutuhkan terapi lain untuk hasil yang lebih akurat karena kebanyakan peneliti menggunakan terapi ini sebagai media katarsis agar individu dapat mengeksplorasi

emosi yang dipendam mengenai suatu kejadian. *Art therapy* lebih berfokus kepada bagaimana mengungkap kejadian melalui gambar (Mahmud et all, 2011). Sejauh ini penelitian mengenai *art therapy* hanya berfokus pada cara individu untuk mengeluarkan emosi melalui media gambar. Seharusnya selain untuk asesmen, melalui gambar individu dapat menumbuhkan pemikiran positif terkait dengan kejadian yang ia alami serta cara menjadi pribadi yang dapat melihat sisi positif dalam suatu kejadian.

Berdasarkan penjelasan di atas diperlukan model pengembangan untuk mengatasi keterbatasan dalam pengembangan model dari penelitian sebelumnya. Maka dibuatlah *Treatment Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar* yang dapat diterapkan khusus untuk subjek remaja dengan orang tua bercerai dengan menghubungkan aspek resiliensi pada setiap sesi intervensi.

Tujuan

Tujuan *Treatment Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar* ialah sebagai petunjuk atau pedoman untuk meningkatkan resiliensi remaja dengan orang tua bercerai. Modul yang dibuat telah disusun berdasarkan teori dan konstruk yang valid. Selain itu, modul disesuaikan dengan permasalahan yang ingin ditangani.

Manfaat dari modul ini ialah remaja mendapatkan pemahaman mengenai peristiwa sulit yang dialami, cara pemecahan masalah, membuat remaja memiliki pemikiran positif mengenai hal-hal yang ia lakukan, mendorong remaja dalam melakukan pengungkapan diri dan agar terhindar dari hal-hal negatif. Diharapkan dengan modul ini dapat menambah alternatif solusi untuk remaja dengan orang tua bercerai.

BAGIAN II

KAJIAN PUSTAKA

Resiliensi

Resiliensi didefinisikan sebagai penyesuaian positif dan mempertahankan atau mendapatkan kembali kesehatan mental meskipun menghadapi peristiwa kehidupan yang sulit (Wald et al., 2006). Selain itu resiliensi merupakan perlindungan positif untuk mengurangi kondisi yang beresiko lebih negatif (Hornor, 2017). Dapat disimpulkan bahwa resiliensi ialah sikap tangguh dan mampu bangkit ketika dihadapkan pada keadaan penuh tekanan. Resiliensi ialah suatu proses adaptasi yang baik dalam menghadapi suatu permasalahan sehingga dapat menyelesaikan permasalahan dengan lebih positif.

Terdapat lima indikator resiliensi, antara lain: (1) Kompetensi personal, yaitu menunjukkan bahwa individu mampu mencapai tujuan dengan keuletan meskipun dalam keadaan sulit, (2) Kepercayaan pada diri sendiri, yaitu menunjukkan individu kuat dan lebih tenang dalam menghadapi stress, (3) Dapat menerima perubahan secara positif dan mampu beradaptasi dengan perubahan maupun dalam menjalin hubungan yang baik dengan orang lain, (4) Pengendalian diri yaitu individu berpikir cara menggapai tujuan dengan meminta pertolongan dari orang lain (5) Pengaruh spiritual yaitu yakin terhadap Tuhan (Connor & Davidson, 2003).

Individu yang mengalami peristiwa buruk pada dirinya sebaiknya mempunyai faktor resiliensi yang baik, seperti contohnya dapat beradaptasi dengan pandangan yang positif meskipun terdapat kesulitan dan resiko yang berat. Faktor-faktor yang dapat meningkatkan resiliensi ialah adanya keterampilan psikososial, adanya kesejahteraan yang didukung oleh pengasuh atau orang terdekat dan kesejahteraan internal pada individu tersebut (Holmes et al., 2015). Konteks resiliensi yang didasarkan pada penelitian perceraian karena perpisahan orang tua telah diidentifikasi sebagai stresor atau kesulitan yang signifikan sehingga remaja perlu mengembangkannya meskipun ada tantangan yang mereka hadapi. Dengan demikian resiliensi dapat ditingkatkan dengan cara meningkatkan faktor pelindung bagi individu

dan sekaligus menghambat perkembangan faktor resiko psikososial yang buruk (Karela & Petrogiannis, 2018).

Istilah resiliensi dapat digunakan untuk orang dewasa bahkan anak-anak. Pada remaja resiliensi memiliki berbagai macam proses yaitu (1) merespon peristiwa-peristiwa yang penuh tekanan, kemampuan untuk bangkit kembali, (2) mempertahankan pemulihan yang mengarah ke arah yang positif bahkan dalam menghadapi ancaman atau kesulitan. Remaja yang resilien ialah remaja yang tangguh dan diharapkan mampu menghadapi risiko tinggi, stres, ancaman atau perbedaan (Anyan & Hjemdal, 2016).

Resiliensi digunakan untuk tiga fenomena yaitu (1) individu yang tinggal di lingkungan berisiko, seperti: lingkungan yang identik dengan kemiskinan dan adanya kekerasan orang tua pada anak (2) perceraian orang tua yang mengakibatkan stress jangka panjang (3) pulih dari keadaan traumatis, sebagai contoh pasca perang dan pasca bencana. Oleh karena itu, dapat dikatakan bahwa keadaan keluarga dan lingkungan menjadi dasar seseorang memiliki sikap resilien (Henderson & Milstein, 2003).

Hefferon & Boniwell (2011) membagi resiliensi menjadi *recovery*, *resistensi*, dan *reconfiguration*. *Recovery* adalah situasi kembalinya level dasar yang aktif atau mengalami kesembuhan. Kemudian *resistensi* adalah ketika seseorang tidak menunjukkan adanya tanda gangguan yang mengikuti peristiwa traumatik. Terakhir, *reconfiguration* merupakan keadaan ketika seseorang kembali ke susunan homeostasis dalam proses yang berbeda formasi; mereka dapat berubah dari pengalaman traumatik

Penyebab

Perceraian orang tua biasanya menghasilkan ketidakpastian bagi remaja yang mungkin tidak memahami semua perubahan yang mereka alami dalam keluarga. Meskipun perceraian ialah permasalahan orang tua tetapi ada baiknya orang tua juga memberikan pengertian terkait perceraian yang terjadi karena penelitian mengatakan bahwa remaja merasa terjebak dalam situasi perceraian tersebut sehingga terjadi hubungan orang tua dan anak yang melemah dan kecemasan dalam menghadapi perubahan. Pada dasarnya remaja juga masih memerlukan bimbingan dari orang terdekat. Orang tua yang tidak

memberikan informasi mengenai perceraian dapat menyebabkan remaja salah mempersepsikan kejadian tersebut sehingga remaja menjadi krisis dan cenderung menghindar dalam menghadapi permasalahan (Afifi & McManus, 2010).

Dinamika Permasalahan

Individu yang memiliki masalah perilaku menyebabkan dirinya menjadi tidak kuat dalam menjalani kehidupan sehingga individu tersebut tidak resilien. Seseorang yang tidak resilien cenderung tidak yakin bahwa dirinya mampu mengatasi permasalahan dengan baik.

Remaja dapat memperkuat keadaan negatifnya karena tidak dapat memahami kehidupan yang sedang dijalani. Hal yang selalu terpikir ialah hal-hal negatif dan tidak optimis untuk dapat menyelesaikan permasalahan dan beradaptasi dengan keadaan baru. Peristiwa tidak menyenangkan bisa saja menjadi bagian dari traumatik jika tidak diselesaikan dengan baik.

Menurut Greeff & van der Merwe (2004) reaksi keluarga terhadap perceraian dapat dipahami dalam empat dimensi, yaitu penumpukan peristiwa yang membuat stres, adaptasi keluarga, persepsi keluarga terhadap stresor dan persepsi keluarga tentang sumber daya. Sumber daya tersebut terdiri dari (1) sumber daya pribadi anggota keluarga, (2) sumber daya internal sistem keluarga, dan (3) dukungan sosial. Ketiga jenis sumber daya tersebut memainkan peran integral dalam kemampuan anggota keluarga untuk beradaptasi dengan perubahan yang terjadi.

Model *Treatment* Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar

Model *Treatment* Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar ialah penggabungan dari *art therapy* dan resiliensi. Resiliensi diperlukan individu untuk menjadi pribadi yang kuat dalam keadaan sulit. Model ini akan dilakukan melalui media gambar. Subjek dapat mengekspresikan diri secara sadar ataupun secara tidak sadar. Tujuan menggunakan media gambar ialah untuk melakukan pemulihan dengan menyediakan media nyata dalam memudahkan interaksi antara terapis dan subjek. *Treatment* Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar ini dapat dilakukan secara individu. Setelah menggambar terapis akan mendiskusikan hasil gambar tersebut dengan subjek. Setelah menggambar terapis

juga akan menanyakan apakah gambar tersebut mencerminkan perasaan subjek dan apakah terdapat hubungan antara gambar dengan situasi kehidupan subjek. Media gambar dalam *art therapy* dapat dilakukan kepada semua umur, tetapi pada model ini di fokuskan kepada remaja. Melalui terapi ini dapat membantu mereka bercerita mengenai pengalaman hidup (Clements, 1996).

Art therapy dapat dilakukan melalui media gambar, lukis, puisi, *dance*, psikodrama, tanah dan lain sebagainya. Pengembangan yang digunakan dalam *Treatment Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar* ini ialah media menggambar. Melalui gambar, remaja dapat berekspresi dan melepaskan emosi yang mengganggu bahkan menyakitkan. Melalui media gambar individu terlibat dalam peningkatan komunikasi non verbal, mengingat secara detail pengalaman dan membuat hubungan yang nyaman antara terapis dan subjek. Selain itu, individu dapat menyampaikan makna dan ide – ide dengan cara yang berbeda yang mungkin tidak dapat dengan mudah diucapkan. Hal ini berarti individu dapat lebih jelas mengekspresikan perasaannya melalui gambar (Malchiodi, 2005).

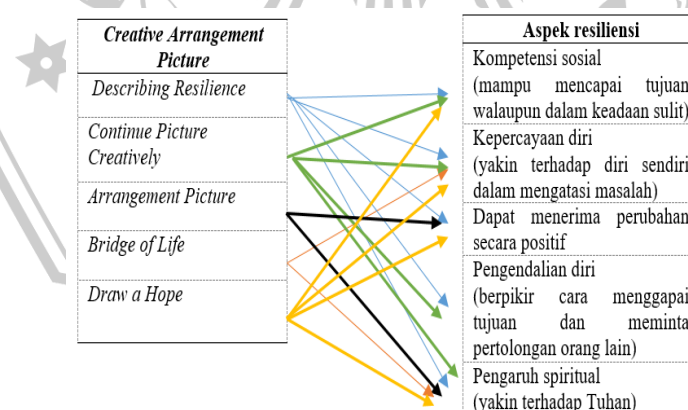
Bagi remaja, menggambar berfungsi sebagai perantara antara diri remaja dan hubungan remaja dengan lingkungan. Melalui gambar, terapis dapat lebih mudah untuk memahami bagaimana remaja mempersepsi keluarga, serta dapat memahami bagaimana interaksi antara remaja dengan orang tua ataupun anggota keluarga. Selain itu, dengan menggambar terlihat kinerja kognitif anak dengan lingkungan kehidupan yang dijalani (Fan, 2012).

Pendekatan yang akan digunakan dalam model *Treatment Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar* yaitu pendekatan teori kognitif . Dengan mengikuti intervensi diharapkan subjek mendapatkan *insight* dari sesi yang dilakukan. Sehingga, pemikiran negatif atau keyakinan salah yang dipertahankan dapat berubah menjadi pemikiran yang lebih positif. Hal ini sejalan dengan tujuan dari kognitif terapi yaitu sebagai suatu kegiatan terapeutik untuk membangun pemikiran positif dan memperbaiki proses pemikiran dengan menyangkal pemikiran negatif yang dipertahankan oleh subjek (Barber & Derubeis, 1989).

Pengembangan yang digunakan dalam terapi *Treatment* Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar ialah selain individu akan diminta untuk menggambar agar mengeluarkan emosi yang dirasakan, individu juga akan diminta untuk lebih berperan aktif dalam proses terapi dengan cara berekspresi, melihat beberapa potongan gambar yang dibuat menjadi sebuah cerita. Cerita tersebut dapat membuat individu yang menjalankan terapi mempunyai *insight* mengenai pandangan positif untuk ke depannya, selain itu di akhir sesi individu menggambar bagaimana perasaannya setelah mengikuti rangkaian sesi terapi, apakah ia sudah mengenal dirinya lebih dalam terkait *insight* bahwa ia menjadi pribadi yang resilien dalam menghadapi permasalahan.

Sesi – sesi dalam *Treatment* Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar akan disesuaikan dengan aspek resiliensi agar terapis dapat mengetahui apakah model yang diterapkan dapat memiliki efek yang positif untuk meningkatkan resiliensi pada remaja. Selain terdapat penjelasan mengenai resiliensi, gambar yang di buat dalam sesi berhubungan dengan aspek resiliensi. Sehingga, tujuan per sesi dalam model *Treatment* Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar dapat terlihat apakah subjek memahami dan menerapkan resiliensi untuk permasalahan yang dihadapi.

Berikut adalah skema keterkaitan sesi *Treatment* Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar dengan aspek resiliensi :



Faktor yang Mempengaruhi Keberhasilan

Ada berbagai macam faktor yang terjadi agar intervensi berjalan dengan efektif. Faktor yang dapat mempengaruhi keberhasilan intervensi ialah dari subjek, terapis, dan

lingkungan. Faktor pertama yaitu berasal dari subjek. Faktor ini menjelaskan niat subjek untuk melakukan perubahan yang lebih positif melalui sesi terapi yang dijalani. Hal ini berkaitan dengan komitmen, motivasi yang baik sehingga subjek mampu melakukan proses terapi dengan baik.

Faktor kedua yaitu faktor terapis. Selain kemampuan subjek untuk berkomitmen yang baik dengan proses terapi kemampuan terapis pun harus baik dalam melakukan tahapan terapi. Terapis harus bisa membangun *rapport* yang baik dengan subjek. Terapis yang kompeten dapat menghasilkan proses terapi yang sesuai dengan tujuan dan membantu subjek dalam menghadapi permasalahannya.

Faktor ketiga yakni dari lingkungan subjek. Diharapkan saat menjalani sesi terapi subjek menyadari bahwa lingkungan merupakan suatu hal penting yang dapat memberi pengaruh terhadap dirinya. Subjek harus bisa memilih lingkungan yang dapat memberikan dukungan kepadanya untuk melalui peristiwa yang sedang ia hadapi.

Pentingnya Pemberian *Treatment* Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar

Remaja dengan orang tua bercerai rentan terhadap perilaku negatif karena kurang bisa memahami perubahan yang terjadi, yang berakibat tidak adanya optimisme dalam melanjutkan hidup yang dijalani. Secara tidak sadar, seseorang dapat menyimpan permasalahannya dan jika permasalahan tersebut tidak dikeluarkan maka bisa menimbulkan permasalahan baru. Saat remaja ia sudah mengalami perubahan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa sehingga ia lebih bisa berpikir kritis mengenai suatu kejadian yang menimpanya. Cara efektif untuk menghindari hal-hal yang tidak diinginkan ialah dengan membuat model pengembangan yang menyenangkan yaitu melalui media gambar.

Terapi ini dapat membantu remaja dalam mengekspresikan perasaan dan dapat meningkatkan resiliensi. Kondisi perceraian ialah salah satu musibah yang tidak dapat dihindari. Remaja menjadi bingung menanggapi perubahan sehingga ketika remaja tidak dapat mengekspresikan perasaan mengenai kejadian perceraian orang tua, maka kondisi emosional, kognitif dan perilakunya terganggu. Oleh karena itu, terapi ini dirancang agar dapat membantu remaja untuk menjadi individu yang tangguh.

BAGIAN III

PROSEDUR *TREATMENT* RESILIENSI BERBASIS FORMULASI GAMBAR

Treatment Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar dilakukan secara individu, agar subjek lebih leluasa dalam bercerita tanpa merasa terganggu karena adanya orang lain dalam proses terapi. Terapis akan duduk berhadapan dengan subjek. Pelaksanaan terapi ini diharapkan dapat membangun hubungan terapeutik antara terapis dengan subjek. Terapis mendorong subjek menyelesaikan permasalahan yang dialaminya dengan mengajak subjek untuk menggambar agar dapat mengekspresikan perasaan terhadap kejadian tertentu.

Pendekatan

Treatment Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar ini diformula dengan pendekatan *art therapy*, pendekatan *art therapy* menekankan pada proses individu untuk dapat mengeksplorasi emosi pada dirinya. *Art therapy* yang digunakan pada terapi ini menggunakan pendekatan kognitif terapi. Pendekatan kognitif pada terapi ini berfungsi untuk memodifikasi pemikiran maladaptif yang dimiliki subjek dengan melakukan beberapa teknik yakni menggambarkan konsep yang salah pada individu, ide-ide yang menyimpang sehingga individu mampu untuk melakukan restrukturisasi kognitif dengan menyusun pengalaman yang lebih realistis (Beck, 1970). Ketika individu mempertahankan keyakinan yang salah maka secara otomatis berdampak pada respons emosional dan juga perilakunya.

Tujuan

Tujuan pengembangan *Treatment* Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar sebagai petunjuk atau pedoman untuk memberikan pemahaman mengenai peristiwa sulit yang dihadapi, mendorong subjek untuk dapat melakukan pengungkapan diri dan meningkatkan emosi positif.

Sasaran

Subjek yang menjadi sasaran untuk implementasi model pengembangan adalah remaja dengan orang tua bercerai. Ada beberapa kriteria yang harus dipenuhi untuk menjadi subjek, antara lain:

- a. Subjek berusia diantara hingga 12 – 19 tahun
- b. Subjek ialah anak dari orang tua bercerai
- c. Subjek memiliki resiliensi yang rendah – sedang
- d. Subjek bersedia mengikuti seluruh sesi dalam terapi

Waktu

Pada pelaksanaan intervensi dilakukan 6 sesi kegiatan yang dilaksanakan yang berdurasi 60-90 menit. Dengan frekuensi pertemuan dalam satu minggu sebanyak dua sampai dengan tiga kali.

Subjek dan Terapis

Jumlah subjek dalam terapi ini ialah 5 orang remaja. Terapi ini dapat dilakukan oleh psikolog, konselor, sarjana psikologi yang telah diberikan pemahaman mengenai *Treatment* Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar.

Posisi Kegiatan

Dalam proses intervensi bentuk kegiatan dilakukan secara individu agar subjek lebih leluasa dalam bercerita tanpa merasa terganggu karena adanya orang lain dalam proses terapi. Terapis duduk berhadapan dengan subjek.



Pola kegiatan setiap pertemuan

Setiap pertemuan memerlukan waktu 60 - 90 menit tergantung pada kecepatan proses dalam pelaksanaan kegiatan tiap sesinya. Pola kegiatan sebagai berikut :

1. Pembukaan = 5 menit
2. Kegiatan = 25 menit
3. Diskusi = 25 menit
4. Penutup = 5 menit

Rincian pola kegiatan

1. Pembukaan
 - a) Informasi berkaitan dengan proses terapi yang akan dijalani
 - b) Penjelasan mengenai rencana terapi yang hendak dilaksanakan
2. Kegiatan
 - a) Terapis menjelaskan prosedur dalam melakukan terapi
 - b) Subjek melaksanakan terapi
3. Diskusi
 - a) Subjek dan terapis berdiskusi mengenai kegiatan yang telah dilakukan
 - b) Subjek dapat memberikan komentar mengenai kegiatan yang telah dilakukan
 - c) Evaluasi terhadap hasil kegiatan
4. Penutup
 - a) Kesimpulan dari terapis
 - b) Terapis menjelaskan sesi selanjutnya

Rancangan kegiatan *Treatment* Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar

Rancangan ini dibuat sebagai petunjuk mengenai sesi-sesi dari model yang telah disusun. Dalam pelaksanaan terapi, keadaan dilapangan akan sangat berpengaruh. Oleh karena itu, dibentuk pedoman untuk sesi per sesi dari kegiatan sebagai acuan dalam pelaksanaan terapi. Rancangan terapi ini dapat dilihat dalam tabel 1. Rancangan tersebut dideskripsikan lebih lanjut sebagai berikut:

Tabel 1. Rancangan kegiatan

Sesi	Tujuan
<i>Session sharing</i>	1. Perkenalan terapis 2. Membangun <i>rapport</i> dan menyampaikan kontrak, tujuan, serta harapan dari terapi 3. Identifikasi permasalahan subjek 4. Identifikasi upaya pemecahan masalah yang sudah dilakukan
Sesi 1 – <i>Describing Resilience</i>	1. Subjek mendapatkan penjelasan mengenai resiliensi 2. Mengetahui mengenai faktor – faktor dari resiliensi 3. Berdiskusi mengenai hubungan resiliensi dengan permasalahan yang sedang dialami
Sesi 2 – <i>Continue Picture Creatively</i>	Subjek mampu percaya pada diri sendiri dalam menghadapi permasalahan
Sesi 3 - <i>Arrangement Picture</i>	Subjek memahami bahwa permasalahan yang dilalui akan berakhir dengan baik tergantung dari sudut pandang individu
Sesi 4 - <i>Bridge of Life</i>	Subjek mengerti mengenai cara pemecahan masalah yang baik
Sesi 5 – <i>Draw a Hope</i>	Subjek dapat melihat permasalahan dengan lebih positif
Sesi 6 - <i>Evaluation and Termination</i>	1. Subjek dapat mengungkapkan perasaannya setelah mengikuti sesi 2. Mengevaluasi seluruh sesi dalam terapi 3. Mengakhiri kegiatan

Bahan dan Alat

Masing-masing individu akan mendapatkan kertas gambar a4, pulpen, pensil, spidol, crayon dan pensil warna.

Tahapan pelaksanaan terapi

Sesi perkenalan : *Session sharing*

Tujuan dari sesi ini adalah 1) Membangun *rapport* dan menyampaikan kontrak, tujuan, serta harapan dari terapi, 3) Identifikasi permasalahan subjek dan 4) Identifikasi upaya pemecahan masalah yang sudah dilakukan

Waktu : 40 menit

Target :

1. Subjek percaya kepada terapis
2. Subjek memahami kegiatan yang akan dijalani dan mengisi *informed consent*
3. Subjek dapat mengeluarkan emosi yang terpendam melalui gambar

Kegiatan :

1. Pembukaan (5 menit)

Subjek dan terapis berkumpul dalam satu ruangan yang telah dipersiapkan untuk melaksanakan kegiatan. Terapis dan subjek memulai kegiatan dengan berdoa.

2. Kegiatan inti (10 menit)

Terapis memperkenalkan diri setelah itu subjek memperkenalkan diri. Terapis menyampaikan tujuan dan kegiatan yang akan dilakukan selama beberapa pertemuan kedepan. Setelah selesai sesi perkenalan, terapis akan memberikan kertas gambar kosong beserta crayon, pensil warna dan spidol. Subjek menggambar bebas dan bebas menggunakan warna apa saja yang telah dipersiapkan.

3. Diskusi (20 menit)

Setelah menggambar bebas kegiatan selanjutnya ialah subjek menjelaskan gambar apa yang telah ia gambar, lalu subjek menjelaskan apakah gambar tersebut ada hubungannya dengan permasalahan yang telah terjadi. Setelah itu subjek menceritakan kepada terapis mengenai permasalahan yang subjek hadapi dan juga upaya apa saja yang telah dilakukan.

4. Penutup (5 menit)

Terapis dan subjek mengakhiri dengan mengatur jadwal untuk pertemuan selanjutnya. Kegiatan ditutup dengan berdoa bersama.

Sesi 1 : Describing Resilience

Tujuan dari sesi ini adalah memberikan pemahaman kepada subjek mengenai resiliensi

Target :

1. Subjek memahami mengenai resiliensi
2. Subjek dapat menerapkan resiliensi dalam permasalahan yang terjadi

Waktu : 40 menit

Kegiatan :

1. Pembukaan (5 menit)

Subjek dan terapis berkumpul dalam satu ruangan yang telah dipersiapkan untuk melaksanakan kegiatan. Terapis dan subjek memulai kegiatan dengan berdoa.

2. Kegiatan inti (20 menit)

Terapis akan menjelaskan mengenai resiliensi. Terapis akan menjelaskan mengenai definisi, faktor dan juga mengenai hubungan resiliensi dengan permasalahan yang dialami oleh subjek

3. Diskusi (10 menit)

Setelah mendengarkan penjelasan dari terapis, subjek dipersilahkan bertanya kepada terapis mengenai hal-hal yang belum dimengerti. Subjek diperbolehkan bercerita apakah dirinya sudah menerapkan resiliensi pada dirinya.

4. Penutup (5 menit)

Terapis dan subjek mengakhiri dengan mengatur jadwal untuk pertemuan selanjutnya. Kegiatan ditutup dengan berdoa bersama.

Sesi 2 : *Continue Picture Creatively*

Tujuan sesi ini ialah agar subjek mengerti mengenai cara pemecahan masalah yang baik

Target :

1. Subjek mendapatkan *insight* dari sesi terapi
2. Subjek mampu percaya pada diri sendiri dalam menghadapi permasalahan
3. Subjek mampu mencapai tujuan meskipun dalam keadaan sulit
4. Subjek mampu meminta pertolongan orang lain saat dalam keadaan sulit

Waktu : 60 menit

Kegiatan :

1. Pembukaan (5 menit)

Subjek dan terapis berkumpul dalam satu ruangan yang telah dipersiapkan untuk melaksanakan kegiatan. Terapis dan subjek memulai kegiatan dengan berdoa.

2. Kegiatan inti (20 menit)

Subjek diberikan kertas gambar yang sudah terdapat sebuah gambar. Subjek melanjutkan gambar yang telah disediakan. Subjek menggambar lanjutan gambar dengan bebas, subjek boleh menggambar orang lain ataupun ornamen pada gambar sesuai dengan cerita yang subjek buat dari gambar tersebut. Subjek juga dapat menggunakan pensil warna, crayon dan spidol yang telah disediakan.

3. Diskusi (30 menit)

Setelah subjek selesai melanjutkan gambar, subjek bercerita mengenai gambar yang telah disediakan oleh terapis sebelum subjek menambahkan gambar lain. Setelah itu, subjek menjelaskan beberapa ornamen yang ditambahkan pada gambar. Subjek menjelaskan pengalaman yang pernah dialami berdasarkan gambar. Subjek mengatakan gambar mana yang paling menyakitkan dan menyebutkan alasannya.

4. Penutup (5 menit)

Terapis dan subjek mengakhiri dengan mengatur jadwal untuk pertemuan selanjutnya. Kegiatan ditutup dengan berdoa bersama

Sesi 3 : *Arrangement picture*

Tujuan sesi ini ialah subjek memahami bahwa permasalahan yang dilalui akan berakhir dengan baik tergantung dari sudut pandang

Target :

1. Subjek mendapatkan *insight* dari sesi terapi
2. Subjek memahami kejadian yang ia alami ada pengaruhnya dengan spiritual
3. Subjek dapat menerima perubahan yang terjadi secara positif

Waktu : 60 menit

Kegiatan :

1. Pembukaan (5 menit)

Subjek dan terapis berkumpul dalam satu ruangan yang telah dipersiapkan untuk melaksanakan kegiatan. Terapis dan subjek memulai kegiatan dengan berdoa.

2. Kegiatan inti (20 menit)

Subjek akan diberikan dua set kartu yang berisikan lima potongan gambar. Gambar – gambar tersebut akan disajikan dalam bentuk yang tidak beraturan atau acak. Subjek mengurutkan gambar yang tidak beraturan menjadi sebuah cerita yang utuh.

3. Diskusi (30 menit)

Setelah subjek selesai mengatur gambar maka dilanjutkan dengan subjek bercerita mengenai susunan kartu yang sudah subjek atur menjadi sebuah cerita. Subjek membuat cerita dari masing-masing kartu. Subjek menjelaskan jika ada salah satu potongan pada gambar tersebut yang pernah subjek alami. Subjek mengatakan urutan gambar mana yang paling menyakitkan dan menyebutkan alasannya.

4. Penutup (5 menit)

Terapis dan subjek mengakhiri dengan mengatur jadwal untuk pertemuan selanjutnya. Kegiatan ditutup dengan berdoa bersama.

Sesi 4 : *Bridge of life*

Tujuan sesi ini ialah subjek mampu percaya pada diri sendiri dalam menghadapi permasalahan

Target :

1. Subjek dapat memahami diri sendiri dan memahami dengan baik arah tujuan hidup

Waktu : 60 menit

Kegiatan :

1. Pembukaan (5 menit)

Subjek dan terapis berkumpul dalam satu ruangan yang telah dipersiapkan untuk melaksanakan kegiatan. Terapis dan subjek memulai kegiatan dengan berdoa.

2. Kegiatan inti (20 menit)

Subjek akan diberi kertas gambar kosong, crayon, pensil warna dan spidol. Subjek diberi tugas untuk menggambar jembatan yang dianalogikan untuk menghubungkan dua sisi. Setelah subjek selesai menggambar jembatan, ia akan menunjukkan dimana posisinya pada gambar tersebut. Setelah selesai, subjek akan menunjukkan arah panah yang akan menunjukkan arah perjalanannya.

3. Diskusi (30 menit)

Setelah selesai pada kegiatan sebelumnya, subjek memberikan pendapatnya setelah menggambar jembatan. Setelah itu, subjek menjelaskan mana sisi awal dan mana sisi akhir dari kedua ujung jembatan yang ia gambar. Setelah itu terapis mendalami jawaban mengenai posisi dan arah panah yang sudah subjek gambar, lalu menghubungkannya dengan permasalahan yang subjek alami.

4. Penutup (5 menit)

Terapis dan subjek mengakhiri dengan mengatur jadwal untuk pertemuan selanjutnya. Kegiatan ditutup dengan berdoa bersama.

Sesi 5 : Draw a Hope

Tujuan subjek dapat melihat permasalahan dengan lebih positif

Target :

1. Subjek mampu percaya pada diri sendiri dalam menghadapi permasalahan
2. Subjek mampu mencapai tujuan meskipun dalam keadaan sulit
3. Subjek mampu meminta pertolongan orang lain saat dalam keadaan sulit
4. Subjek memahami kejadian yang ia alami ada pengaruhnya dengan spiritual
5. Subjek mampu menerima perubahan secara lebih positif

Waktu : 60 menit

Kegiatan :

1. Pembukaan (5 menit)

Subjek dan terapis berkumpul dalam satu ruangan yang telah dipersiapkan untuk melaksanakan kegiatan. Terapis dan subjek memulai kegiatan dengan berdoa.

2. Kegiatan inti (20 menit)

Subjek diberikan kertas gambar kosong beserta pensil warna, crayon dan spidol. Subjek diminta menggambarkan harapan apa yang akan dilakukan setelah selesai mengikuti sesi terapi.

3. Diskusi (30 menit)

Subjek bercerita mengenai harapan yang ia gambar. Subjek menjelaskan rencana subjek dalam mencapai harapannya tersebut. Subjek menjelaskan jika terdapat harapan baru dari berbagai sesi yang telah dilakukan.

4. Penutup (5 menit)

Terapis dan subjek mengakhiri dengan mengatur jadwal untuk pertemuan selanjutnya. Kegiatan ditutup dengan berdoa bersama.

Sesi 6 : *Evaluation and Termination*

Tujuan sesi ini ialah 1) subjek dapat mengungkapkan perasaannya setelah mengikuti sesi, 2) Subjek dapat menilai dan menghargai setiap proses dan juga perubahan yang telah dilakukan

Target :

1. Subjek mengetahui hal-hal yang tercapai dan tidak tercapai
2. Subjek mengalami peningkatan pemahaman mengenai pemikiran yang positif

Waktu : 40 menit

Kegiatan :

1. Pembukaan (5 menit)

Subjek dan terapis berkumpul dalam satu ruangan yang telah dipersiapkan untuk melaksanakan kegiatan. Terapis dan subjek memulai kegiatan dengan berdoa.

2. Kegiatan inti (15 menit)

Subjek dapat melakukan evaluasi pada masing-masing sesi yang telah dilakukan. Subjek juga dapat memberikan tanggapan kepada terapis ataupun terhadap sesi pada terapi. Terapis memberikan motivasi dan pujian atas apa yang sudah dicapai subjek.

3. Diskusi (15 menit)

Subjek dipersilahkan untuk bertanya terkait hal-hal yang telah dilakukan pada setiap sesi. Terapis mengakhiri kegiatan dengan kalimat-kalimat positif untuk membangun motivasi yang baik.

4. Penutup (5 menit)

Terapis dan subjek mengakhiri kegiatan sesi pada terapi. Kegiatan ditutup dengan berdoa bersama.

BAGIAN IV

PENUTUP

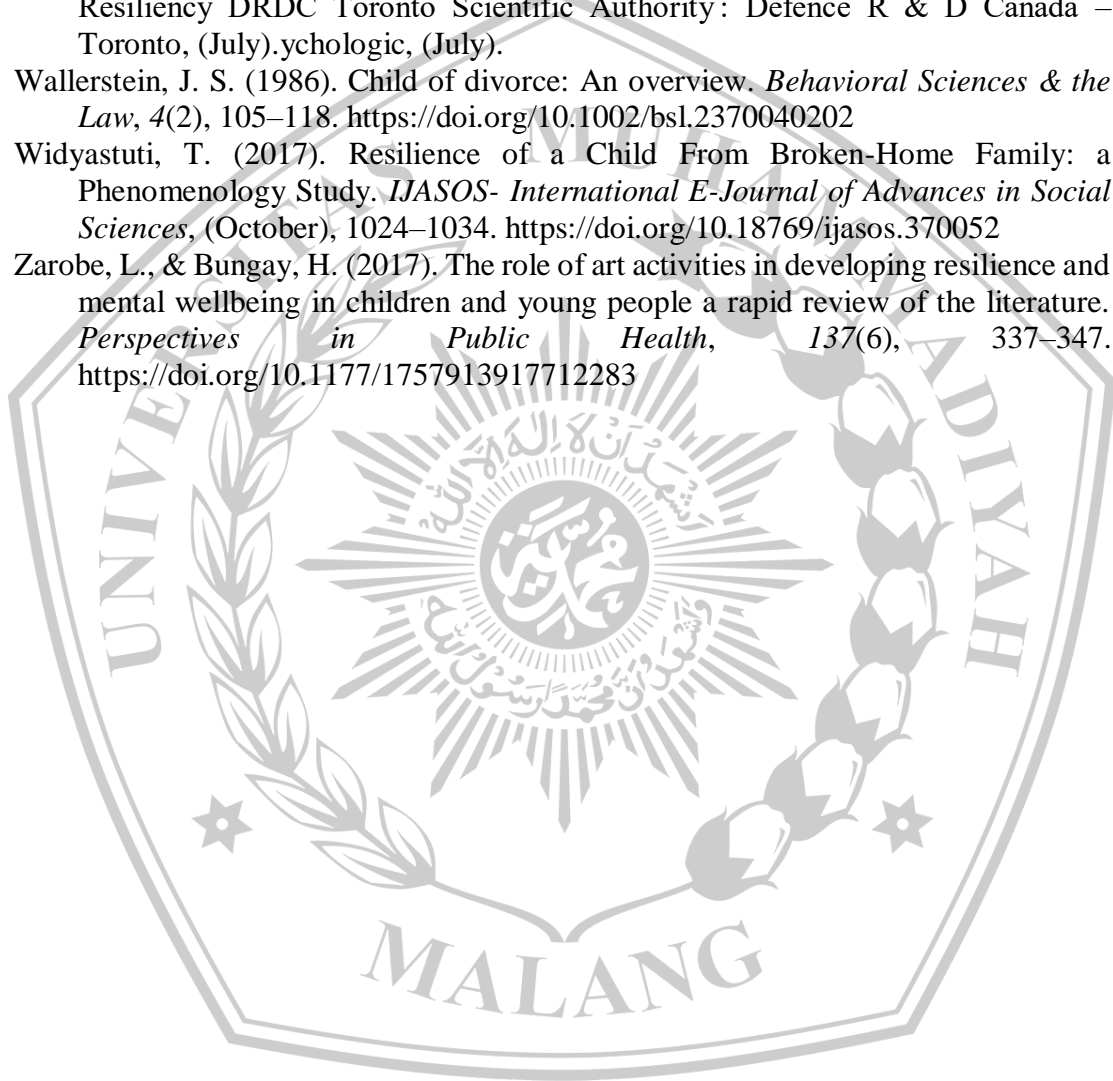
Treatment Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar yang dilakukan kepada remaja dengan orang tua bercerai dapat dilakukan oleh konselor, psikolog atau profesi lain yang telah diberikan pemahaman mengenai proses dari *Treatment* Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar. Menangani anak dari orang tua bercerai terutama yang sudah masuk pada tahap remaja memerlukan keseriusan karena yang ia hadapi merupakan hal yang berat sehingga harapannya kehadiran terapis tidak menambah beban melainkan membantu subjek untuk mempunyai pemikiran positif terhadap permasalahan yang dialami. *Treatment* Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar ini akan berhasil jika ada kemauan dari diri subjek sendiri untuk tidak berlarut dalam keadaan yang buruk.



REFERENSI

- Afifi, T. D., & McManus, T. (2010). Divorce disclosures and adolescents' physical and mental health and parental relationship quality. *Journal of Divorce and Remarriage*, 51(2), 83–107. <https://doi.org/10.1080/10502550903455141>
- Altundag, Y., & Bulut, S. (2014). Prediction of Resilience of Adolescents Whose Parents Are Divorced. *Psychology*, 05(10), 1215–1223. <https://doi.org/10.4236/psych.2014.510134>
- Anyan, F., & Hjemdal, O. (2016). Adolescent stress and symptoms of anxiety and depression: Resilience explains and differentiates the relationships. *Journal of Affective Disorders*, 203(July), 213–220. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2016.05.031>
- Avila, C. (2013). A Handbook To Help Adolescent Cope With Divorce. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699. <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Barber, J. P., & Derubeis, R. J. (1989). On Second Thought - Where the Action Is in Cognitive Therapy for Depression (Barber & DeRubeis 1989).pdf. *Cognitive Therapy and Research*, 13(5), 441–457.
- Beck, A. T. (1970). Cognitive Therapy: Nature and Relation to Behavior Therapy. *Behavior Therapy*, 1, 184–200. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2016.11.003>
- Clements, K. (1996). The Use of Art Therapy With Abused Children. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, 01(2), 181–198. <https://doi.org/0803973233>
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003). Development of a new Resilience scale: The Connor-Davidson Resilience scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18(2), 76–82. <https://doi.org/10.1002/da.10113>
- Fan, R. J. (2012). A Study on the Kinetic Family Drawings by Children with Different Family Structures. *The International Journal of Arts Education*, 173–204.
- Greeff, A. P., & van der Merwe, S. (2004). Variables associated with resilience in divorced families. *Social Indicators Research*, 68(1), 59–75. <https://doi.org/10.1023/B:SOCI.0000025569.95499.b5>
- Hefferon, K., & Boniwell, I. (2011). *Positive psychology: Theory, research and applications*. McGraw-Hill Education (UK).
- Henderson, N., & Milstein, M. M. (2003). *Resiliency in schools: Making it happen for students and educators*. Corwin Press.
- Holmes, M., Yoon, S., Voith, L., Kobulsky, J., & Steigerwald, S. (2015). Resilience in Physically Abused Children: Protective Factors for Aggression. *Behavioral Sciences*, 5(2), 176–189. <https://doi.org/10.3390/bs5020176>
- Hornor, G. (2017). Resilience. *Journal of Pediatric Health Care*, 31(3), 384–390. <https://doi.org/10.1016/j.pedhc.2016.09.005>
- Karela, C., & Petrogiannis, K. (2018). Risk and Resilience Factors of Divorce and Young Children's Emotional Well-Being in Greece: A Correlational Study. *Journal of Educational and Developmental Psychology*, 8(2), 68. <https://doi.org/10.5539/jedp.v8n2p68>
- Klimstra, T. A., & Doeselaar van, L. (2017). Identity formation in adolescence and young adulthood. *Personality Development Across the Lifespan*, (December), 293–308. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-804674-6.00018-1>

- Mahmud, Z., Yunn, Y. P., Aziz, R., Salleh, A., & Amat, S. (2011). Counseling children of divorce. *World Applied Sciences Journal*, 14(SPL ISS 4), 21–27.
- Malchiodi a Cathy. (2005). *Expressive Therapies*.
- Shand, M. (2014). *Understanding and building resilience with art: A socio-ecological approach. Theses: Doctorates and Masters*. Retrieved from <http://ro.ecu.edu.au/theses/1402>
- Wald, J., Taylor, S., Asmundson, G. J. G., Jang, K. L., & Stapleton, J. (2006). Literature Review of Concepts : PsWald, J., Taylor, S., Asmundson, G. J. G., Jang, K. L., & Stapleton, J. (2006). Literature Review of Concepts : Psychological Resiliency DRDC Toronto Scientific Authority: Defence R & D Canada – Toronto, (July).ychologic, (July).
- Wallerstein, J. S. (1986). Child of divorce: An overview. *Behavioral Sciences & the Law*, 4(2), 105–118. <https://doi.org/10.1002/bsl.2370040202>
- Widyastuti, T. (2017). Resilience of a Child From Broken-Home Family: a Phenomenology Study. *IJASOS- International E-Journal of Advances in Social Sciences*, (October), 1024–1034. <https://doi.org/10.18769/ijasos.370052>
- Zarobe, L., & Bungay, H. (2017). The role of art activities in developing resilience and mental wellbeing in children and young people a rapid review of the literature. *Perspectives in Public Health*, 137(6), 337–347. <https://doi.org/10.1177/1757913917712283>





LAMPIRAN

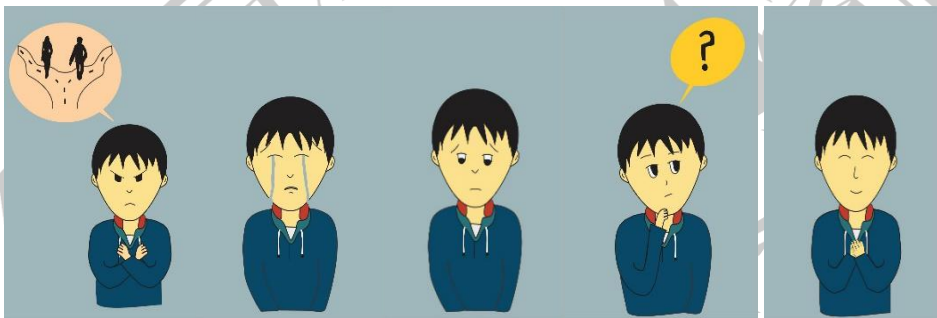
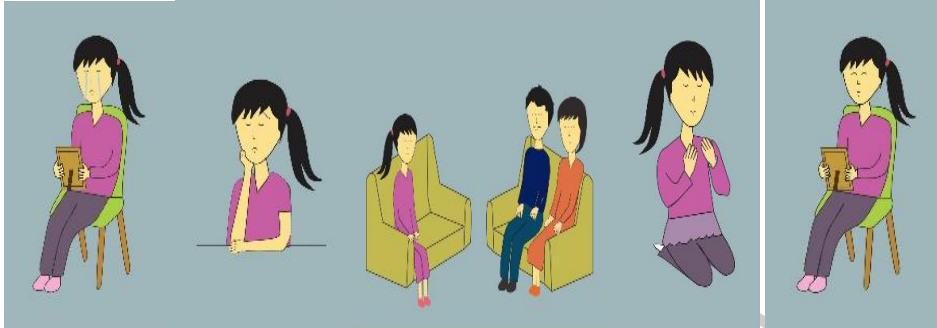
Lampiran sesi 2

Gambar dibalik ini adalah bagian dari gambar yang belum selesai.
Tugas anda adalah melanjutkan gambar tersebut menjadi sebuah cerita

Nama :
Jenis Kelamin :
Usia / Kelas :



Lampiran sesi 3



INSTRUMEN VALIDASI MODEL *TREATMENT* RESILIENSI BERBASIS FORMULASI GAMBAR

Pengantar

Untuk memperoleh kelayakan Model *Treatment* Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar yang telah peneliti kembangkan, mohon dengan hormat Bapak/ Ibu berkenan untuk memvalidasi model yang telah peneliti rancang. Penelitian diharapkan tidak benar atau tidak salah, tetapi berdasarkan kesesuaian desain model secara rinci untuk tiap aspek yang tersedia dalam rancangan model dan panduan yang diajukan. Diharapkan dari masukan yang diberikan dapat digunakan sebagai dasar untuk meningkatkan kualitas desain, sehingga dapat mencapai tujuan dari penelitian ini yaitu tersusunnya model *Treatment* Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar untuk remaja dengan orang tua bercerai. Atas perhatian dan kesediaannya peneliti ucapkan terima kasih.

Malang, Oktober 2019

Peneliti,

Ade Ayu Harisdiane Putri

(*isian ahli akan disesuaikan dengan kepakaran masing-masing validator, ahli yang dimaksud yaitu ahli dalam ilmu Psikologi Klinis).

Lembar Validasi Model *Treatment* Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar

Identitas Validator

Nama :

Jabatan Fungsional :

Instansi :

Bidang keahlian :

Pengalaman Riset terkait bidang keahlian :

Petunjuk Pengisian :

1. Mohon agar Bapak/Ibu berkenan memberikan penilaian terhadap model *Treatment* Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar. Validasi meliputi aspek-aspek yang telah tertera di dalam table indikator.
2. Mohon agar Bapak/Ibu memberi nilai dengan cara memberikan skor 1 – 5 pada kolom nilai dengan mengacu pada kriteria sebagai berikut:
 - 1 = bila dinilai sangat kurang
 - 2 = bila dinilai kurang
 - 3 = bila dinilai cukup baik
 - 4 = bila dinilai baik
 - 5 = bila dinilai sangat baik
3. Apabila ada saran-saran yang ingin Bapak/Ibu berikan, mohon langsung dituliskan pada lembar saran yang telah disediakan.

1. Pendahuluan

No	Aspek Penilaian	Skor
1.1	Latar belakang telah sesuai untuk menggambarkan alasan pentingnya model ini disusun	
1.2	Tujuan dan manfaat disusunnya pedoman ini telah sesuai dengan latar belakang	

2. Teori Pendukung Model *Treatment* Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar

No	Aspek Penilaian	Skor
2.1	Dasar teori yang digunakan sesuai dengan model <i>Treatment</i> Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar	
2.2	Konsep-konsep teoritis tentang <i>art therapy</i> sesuai untuk menjadi dasar penyusunan pedoman	
2.3	Teori-teori pendukung lainnya telah memadai dan dapat menjadi dasar bagi model <i>Treatment</i> Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar	

3. Ruang Lingkung Model *Treatment* Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar

No	Aspek Penilaian	Skor
3.1	Pendekatan yang digunakan relevan dengan model <i>Treatment</i> Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar	
3.2	Tujuan dan sasaran terapi telah sesuai dengan model terapi yang dikembangkan	
3.3	Penjelasan tentang kriteria subjek relevan dengan model <i>Treatment</i> Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar	
3.4	Teknik terapi yang digunakan relevan dengan teori	
3.5	Tahapan terapi dan pola kegiatan terapi telah sesuai dengan model terapi yang dikembangkan	
3.6	Langkah-langkah pelaksanaan terapi telah relevan dengan teori yang digunakan	
3.7	Jangka waktu terapi memadai bagi penerapan model <i>art therapy</i> sesuai dengan tingkat keparahannya	

4. Prosedur Model *Treatment* Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar

No	Aspek Penilaian	Skor
4.1	Strategi dan Teknik terapi telah dirumuskan relevan dengan teori yang digunakan	
4.2	Strategi dan Teknik terapi dapat diaplikasikan oleh terapis dalam mencapai tujuan dan target terapi	
4.3	Tahap-tahap Model <i>Treatment</i> Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar dapat digunakan sebagai sebuah prosedur untuk mencapai target terapi	

4.4	Deskripsi setiap sesi Model <i>Treatment</i> Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar dapat diaplikasikan oleh terapis dalam membantu subjek	
-----	--	--

Komentar/ Saran/ Perbaikan Untuk Model (wajib diisi)




Malang, Oktober 2019
Validator,

**INSTRUMEN EVALUASI FORMATIF PENILAIAN SUBJEK TERHADAP
PROSEDUR MODEL *TREATMENT* RESILIENSI BERBASIS FORMULASI
GAMBAR**

Nama :

Usia :

Jenis Kelamin :

Pendamping :

Petunjuk pengisian:

1. Bacalah setiap pertanyaan dengan seksama
2. Silang yang sesuai dengan pendapat Anda
3. Penilaian dengan ketentuan sebagai berikut:
 - a. Lingkari **nilai 1 (tidak memuaskan)** apabila pelaksanaan pelayanan terapi tidak tidak efektif dan tidak memberikan hasil.
 - b. Lingkari **nilai 2 (kurang memuaskan)** apabila pelaksanaan pelayanan terapi masih belum mudah, sehingga prosesnya belum efektif dan memberikan hasil yang kurang baik.
 - c. Lingkari **nilai 3 (memuaskan)** apabila pelaksanaan pelayanan terapi dirasa mudah dipahami, tidak berbelit-belit tetapi masih perlu diefektifkan, dan memberikan hasil yang baik.
 - d. Lingkari **nilai 4 (sangat memuaskan)** apabila pelaksanaan pelayanan terapi dirasa mudah dipahami dan efektif serta dan memberikan hasil yang sangat baik.
4. Semua pendapat Anda akan dijaga kerahasiaannya

**INSTRUMEN EVALUASI FORMATIF PENILAIAN SUBJEK TERHADAP
TERHADAP PROSEDUR MODEL *TREATMENT* RESILIENSI BERBASIS
FORMULASI GAMBAR**

Bagaimana pendapat saudara mengenai perihal berikut:

No	Perihal	Sangat memuaskan	Memuaskan	Kurang Memuaskan	Tidak Memuaskan
1	Bagaimana pendapat Anda tentang peraturan terapi ?	4	3	2	1
2	Bagaimana menurut Anda tentang pelaksanaan alur terapi yang sudah berlangsung ?	4	3	2	1
3	Bagaimana menurut Anda mengenai kesepakatan waktu pelayanan yang diberikan ?	4	3	2	1
4	Bagaimana pendapat Anda tentang ketepatan waktu pelaksanaan dengan jadwal yang sudah ditentukan ?	4	3	2	1
5	Bagaimana menurut Anda dengan kesesuaian jenis terapi yang diterima dengan masalah yang sedang dihadapi ?	4	3	2	1
6	Bagaimana pendapat Anda tentang pemahaman yang dimiliki oleh terapis ?	4	3	2	1
7	Bagaimana pendapat Anda tentang proses terapi ?	4	3	2	1
8	Bagaimana pendapat Anda tentang hasil dari terapi ?	4	3	2	1
9	Bagaimana pendapat Anda mengenai hasil efektivitas terapi untuk permasalahan Anda ?	4	3	2	1
10	Bagaimana pendapat Anda tentang kepatutan terapi ?	4	3	2	1
11	Bagaimana pendapat Anda tentang kebermanfaatan terapi ?	4	3	2	1

Kritik dan Saran terkait Pelaksanaan Terapi:



Malang,
Subjek,

Oktober 2019



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG

DIREKTORAT PROGRAM PASCASARJANA

Kampus 3 : GKB 4 Lantai 1 - 3 Jl. Raya Tlogomas No. 246 Malang
Telp. +62341-464318 ext. 318, 319 email : pascasarjana@umm.ac.id

Assalamu'alaikum, Wr,Wb.

Saya Ade Ayu Harisdiane Putri mahasiswi Magister Profesi Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang angkatan 2017. Dengan penuh rasa hormat, saya mohon bantuan saudara(i) untuk berpartisipasi mengisi kuesioner terlampir. Hasil dari kuesioner ini sangat saya butuhkan untuk memenuhi sebagian persyaratan dalam menyelesaikan program pendidikan.

Dalam kuesioner ini tidak terdapat jawaban salah atau benar. Saudara(i) hendaknya mengisi sesuai dengan keadaan yang sebenarnya. Dan memastikan tidak ada jawaban yang terlewat. Hasil dari kuesioner ini bersifat rahasia dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian.

Sebelum menjawab kuesioner di mohon saudara(i) untuk melengkapi identitas dan membaca terlebih dahulu petunjuk pengisian. Atas partisipasinya saya mengucapkan terimakasih.

Wasalamualaikum, Wr,Wb.

Identitas Subjek

Nama / Inisial :

Jenis Kelamin :

Usia :

Kelas :

Petunjuk Pengisian Kuesioner

Di bawah ini terdapat 25 pernyataan. Saudara(i) dimohon untuk membaca setiap pernyataan dengan seksama. Adapun cara mengisi setiap pernyataan ini dengan **memberikan tanda centang (✓)** pada salah satu pilihan yang anda anggap paling sesuai dengan keadaan yang sesungguhnya pada diri anda. Tersedia sebanyak 5 buah pilihan jawaban. Pilihan jawaban yang tersedia yaitu:

- 0 : Tidak ada sama sekali pada diri saya
- 1 : Jarang terjadi pada diri saya
- 2 : Kadang –kadang terjadi pada diri saya
- 3 : Sering terjadi pada saya
- 4 : Hampir selalu terjadi pada saya

Selamat Mengerjakan

No	Deskripsi	0	1	2	3	4
1	Saya mampu beradaptasi terhadap situasi baru					
2	Saya mampu menjalin hubungan yang dekat dan aman dengan orang lain					
3	Saya merasa terkadang nasib atau Tuhan dapat menolong saya					
4	Saya dapat berkompromi dengan apapun yang terjadi pada saya					
5	Keberhasilan masa lalu memberi keyakinan dalam menghadapi tantangan yang baru bagi saya					
6	Saya mampu melihat sisi lucu dari sesuatu hal					
7	Saya mampu melakukan coping (menyelesaikan hambatan) terhadap stress yang saya alami					
8	Saya mampu bersemangat ketika sembuh dari sakit					
9	Menurut saya sesuatu terjadi karena suatu alasan					
10	Saya berusaha dengan maksimal, walau apapun yang terjadi					
11	Saya mampu mencapai tujuan saya					
12	Meskipun situasi yang saya hadapi terlihat tidak lagi bisa diharapkan, saya tetap tidak mudah menyerah					
13	Saya tahu kapan harus meminta pertolongan					
14	Walaupun berada dalam suatu tekanan, saya tetap bisa fokus dan berpikir dengan jernih					
15	Saya cenderung lebih suka untuk memimpin ketika memikirkan solusi dalam mengatasi permasalahan					
16	Saya tidak mudah berkecil hati karena kegagalan					
17	Saya merasa diri sendiri adalah orang yang kuat					
18	Saya berani membuat keputusan yang sulit dan tidak biasa					
19	Saya Dapat mengatasi perasaan tidak nyaman					
20	Ketika saya menduga sesuatu akan terjadi, saya segera mengambil tindakan					
21	Saya peka terhadap maksud yang disampaikan oleh orang lain					
22	Saya dapat mengendalikan hidup					
23	Saya menyukai tantangan					
24	Saya bekerja untuk mencapai tujuan					
25	Saya bangga terhadap hasil atau prestasi yang sudah dicapai.					

Baca kembali pernyataan di atas, pastikan tidak ada yang terlewat!
TERIMA KASIH ATAS PARTISIPASI SAUDARA(I)

LAMPIRAN HASIL TRY OUT

Subjek 1

1. Biodata

Nama/Inisial : A
Usia : 17 Tahun
Kelas : XI IPS
Hasil Pre-test : 49 dengan kategori sedang

2. Riwayat keluarga

Orang tua bercerai sejak 10 bulan yang lalu
Subjek tinggal bersama ibu dan adik

3. Metode Assesmen

Assesmen psikologi bertujuan untuk mengumpulkan data dan informasi subjek dengan menggunakan wawancara, dan kuesioner. Wawancara dilakukan kepada subjek. Tujuan dari wawancara adalah untuk menggali data yang berhubungan dengan subjek. Sedangkan kuesioner bertujuan untuk mengukur resiliensi sebelum dan sesudah intervensi.

4. Hasil terapi

Session sharing

Pada sesi ini terapis dan subjek saling memperkenalkan diri. Terapis menanyakan apakah subjek masih mengingat terapis, dikarenakan hari sebelumnya terapis sudah memasuki kelas subjek untuk membagikan kuesioner. Subjek menjawab lupa dengan namanya tetapi masih ingat ketika terapis memasuki kelas. Terapis menanyakan kabar subjek hari ini, kegiatan apa yang sedang dilakukan saat pelajaran sekolah sebelum mengikuti terapi. Subjek bercerita sedang pelajaran IPS tetapi guru sudah mengetahui jika subjek ingin menjalani terapi sehingga ia diberikan izin untuk mengikuti terapi terlebih dahulu.

Terapis menjelaskan kepada subjek bahwa akan ada beberapa sesi yang akan subjek ikuti. Terapis juga mengatakan bahwa terapis sedang melakukan penelitian tesis dengan subjek remaja dengan orang tua bercerai. Harapannya setelah mengikuti terapi subjek menjadi lebih memahami keadaan yang berbeda dari

remaja lainnya. Setelah subjek setuju subjek mengisi *informed consent* yang diberikan terapis.

Kegiatan selanjutnya terapis mengatakan bahwa subjek diminta untuk menggambar bebas pada kertas gambar yang disediakan dengan crayon, pensil warna dan spidol warna. Subjek dapat menggambar apapun bebas dengan menggunakan warna apa saja. Subjek mengerti dan mulai mengambil spidol hitam dan menggambar rumah di dalam rumah terdapat dua orang yang sedang berkelahi. Ia mengibaratkan itu sebagai ayah ibunya. Ia menggambar keadaan sebelum bercerai yaitu ada ia ayah ibu dan adik. Setelah itu datang perempuan lain yaitu selingkuhan ayah sehingga ia tinggal bersama adik dan ibu. Setelah berpisah ia menggambar ibu bertemu orang lain lalu ingin menikah. Lalu ia menggambar dirinya dan adiknya yang tengah menangis karena bingung memikirkan siapa yang mengurusnya dan adik.

Saat perceraian terjadi ia sempat tidak menyelesaikan sekolah karena ia terlalu memikirkan mengenai perceraian orang tua. Sehingga ia mengundurkan diri dari sekolah. Saat ia tidak sekolah ia merasa tidak bisa dapat kerja jika tidak sekolah akhirnya ia mendaftar sekolah lagi agar ia bisa kuliah dan bekerja sehingga bisa membantu ibu dan ayah. Ia sekarang tinggal bersama ibu dan adiknya yang masih kecil. Sedangkan ayah tinggal di rumah kakeknya. Ia mengatakan bahwa sekarang ayah sakit-sakitan dan selingkuhan ayahnya pergi meninggalkan ayah sehingga ia yang merawat ayahnya sepulang sekolah. Adiknya yang masih kecil dibawa ibu bekerja dan sepulang sekolah dibawa menemui pacar ibu. Suatu saat adik bertanya siapa lelaki yang suka ia datang dengan ibu. Lalu subjek tidak menjawab tetapi ia yakin bahwa adiknya paham bahwa lelaki itu dekat dengan ibu. Ia merasa perhatian ibu terbagi ketika sudah mempunyai pacar. Bahkan ia pernah mendengar ibunya menanyakan kepada pacarnya sudah makan atau belum sedangkan saat ia mengatakan bahwa ia lapar ibunya menyuruhnya untuk membeli makan di luar.

Terapis menanyakan upaya apa saja yang subjek lakukan saat itu. Subjek mengatakan ia mendatangi rumah ayah setiap pagi dan sepulang sekolah. Pagi hari ia mengantar adiknya ke sekolah dan menemui ayah yang sedang sakit sehingga ia harus membelikan makanan dan menunggu ayah meminum obat. Ia juga

mengurus dirinya sendiri karena ibu yang sudah sibuk dengan pacarnya. Ia sebenarnya ingin berbicara dengan ibu bahwa ia ingin ibunya senang tetapi ia juga ingin diperhatikan. Sejauh ini subjek membantu ayah, ibu dan juga adik tanpa mengeluh. Ia lebih banyak menghabiskan waktu dengan membaca Al-Quran karena hal itu yang bisa membuatnya tenang dan ia sering bercerita kepada Allah Swt agar dipermudah dalam menyelesaikan permasalahannya.

Describing Resilience

Pada sesi ini terapis menjelaskan mengenai resiliensi. Sebelumnya subjek mengatakan tidak tahu dan tidak pernah mendengar resiliensi. Terapis menjelaskan dengan menggunakan laptop. Setelah terapis menjelaskan mengenai pengertian, faktor dan juga hubungannya dengan permasalahan subjek maka dibuka sesi diskusi. Subjek mengatakan dari 5 faktor resiliensi, subjek mengatakan ia sudah melakukan semua aspek meskipun kurang maksimal. Aspek yang paling dekat dengan kesehariannya ialah aspek spiritual. Ia mengaku kuat menghadapi perceraian orang tua karena ia sering sholat , mengaji dan mengadu kepada Allah Swt.

Continue Picture Creatively

Pada sesi ini subjek diberi dua buah kertas gambar yang di kertas tersebut sudah terdapat gambar, tugas subjek ialah menjelaskan gambar apa yang ia lihat pada kertas tersebut setelah itu subjek akan melanjutkan gambar tersebut menjadi sebuah cerita.

Gambar pertama berisi gambar dua orang , satu laki-laki dan perempuan yang memiliki arah tujuan yang berbeda. Ia mengatakan bahwa gambar itu ialah gambar perpisahan orang tua. Lanjutan yang ia gambar ialah gambar perempuan pada gambar yang telah tersedia ialah ibu. Lalu ia menggambar laki-laki yang ia tulis sebagai ayah baru. Lanjutan gambar tersebut ialah ibu mempunyai suami baru, Lanjutan dari gambar laki-laki yang ada pada gambar ialah gambar laki-laki dengan tiang infus disebelahnya lalu bertulisan “ingin cari istri ketika sudah sembuh”. Lalu ia menggambarkan ia dan adiknya dengan tulisan “belum tau nasib aku dan adik”.

Gambar yang kedua ialah gambar anak laki-laki. Ia mengatakan bahwa itu gambar orang terpuruk. Ia tidak mau menggambar karena menurutnya tidak bisa

digambarkan. Ia menuliskan “sering melamun dan mikir aja kenapa harus aku dan harus keluargaku yang menerima masalah seperti ini. Sulit untuk bangkit karena orang tua gak ada yang *support* satupun. Setiap udah lupa dengan masalah ini selalu ingat ketika di jalan atau dimanapun melihat anak bahagia bareng orang tuanya. Pernah sempat ingin nyerah dan gak ada usaha untuk hidup tapi aku ingin buktii tanpa orang tua aku juga bisa hidup. Dari kedua gambar tersebut subjek mengatakan lebih menyakitkan gambar yang pertama karena ia merasa setelah perceraian terjadi banyak hal sedih dan tanggung jawab yang harus ia pikul sendiri.

Terapis menanyakan kepada subjek apa yang bisa subjek dapatkan dari sesi ini lalu subjek menjawab ia melihat orang tuanya yang sudah berpisah. Terapis lalu menjelaskan bahwa tujuan dari melanjutkan gambar ialah ketika dihadapkan dengan permasalahan seperti digambar, bagaimana cara subjek menyelesaikan masalah. Ternyata pada gambar pertama subjek melanjutkan gambar dengan baik tetapi ia menggambarkan dirinya dan adik yang tidak ada pada lanjutan gambar. Subjek mengatakan bahwa ia masih bingung, sebenarnya ia ingin ayah dan ibunya menikah lagi tetapi ia juga tidak mau kasih sayang orang tuanya di ambil oleh orang tua baru. Sehingga ia tidak memasukkan gambar anak pada salah satu pihak.

Arrangement picture

Pada sesi ini subjek diberikan dua set kartu yang masing-masing berisi 5 buah. Terapis akan memberikannya secara acak dan tugas subjek ialah menyusun kartu tersebut menjadi sebuah cerita.

Kartu yang pertama ialah kartu perempuan. Ia menceritakan kartu pertama ialah saat keluarga masih utuh. Kartu kedua ialah saat orang tua pisah sering melihat foto ber4. Kartu ketiga ialah saat melihat itu pasti sedih. Kartu keempat ialah ga bisa cerita kesiapa-siapa kalau ga sholat. Kartu kelima ialah mau diapakan lagi hanya bisa diam.

Berikutnya ialah kartu dengan gambar laki-laki. Kartu pertama ialah gambar bahagia. Kartu kedua ialah lagi diam tiba-tiba sedih keinget perpisahan orang tua. Kartu ketiga ialah mikir. Kartu keempat ialah, yang dipikir orang tua pisah dan kartu kelima ialah nangis.

Terapis menanyakan apakah subjek pernah melalui peristiwa yang sama seperti pada kartu. Subjek menjawab kedua kartu pernah ia alami. Lalu terapis bertanya hal baik apa yang dapat subjek ambil dari sesi ini. Subjek menjawab kehidupan bisa dari senang menjadi sedih atau sebaliknya. Ia harus ikhlas menerima keadaan yang seperti ini meskipun harus menangis. Terapis mengatakan bahwa jawaban subjek benar tetapi kartu tersebut juga bisa diakhiri dengan gambar yang senang, alangkah lebih baiknya jika dalam kehidupan subjek mengakhiri dengan senang pula bukan dengan menangis. Subjek mengerti dan berusaha mencoba karena menurutnya perceraian orang tuanya baru saja terjadi sehingga ia masih perlu penyesuaian.

Bridge of life

Pada sesi ini subjek menggambar jembatan yang menghubungkan dua sisi. Lalu setelah selesai menggambar subjek diminta untuk menggambar posisinya ketika ada di jembatan tersebut dan subjek menggambar arah panah tujuan hidup subjek lalu menuliskan awal dan akhir sisi jembatan pada gambar tersebut.

Subjek menggambar jembatan dengan spidol merah. Lalu subjek menggambar dirinya ada di tengah jembatan, ia menggambar arah panah ke arah akhir dari jembatan. Setelah itu, terapis menjelaskan makna dari jembatan tersebut ialah diibaratkan sebagai kehidupan yang panjang, lalu pada sisi awal diibaratkan sebagai masa kanak-kanak di tengah masa remaja dan diakhir masa dewasa. Subjek menggambar dirinya ada di tengah jembatan, lalu terapis menanyakan bagaimana menjadi remaja. Subjek menjawab lebih nyaman menjadi anak-anak sebenarnya. Tetapi sekarang banyak hal yang harus ia pikirkan. Ia harus sekolah yang benar sampai lulus, bekerja dan fokus dengan adik. Ia terkadang iri dengan remaja lain yang hidupnya enak tidak mengalami perpisahan orang tua. Tetapi ketika sedih ya ia sholat minta pertolongan Allah Swt.

Selanjutnya terapis mengatakan mengenai arah panah tujuan kehidupan, bahwa sebenarnya subjek sudah tepat menggambar ke arah dewasa karena itu

menandakan bahwa subjek memikirkan ke arah depan sekarang adalah tugasnya bagaimana cara menggapai tujuan tersebut dan akan mencapai tujuan secara positif atau negatif. Subjek mengatakan bahwa ia ingin cepat lulus, masuk universitas yang ia inginkan dan memasuki jurusan Agama Islam agar ia dapat memperdalam agama dan tidak mudah menyerah. Ia juga ingin tetap bisa menjaga dan merawat orang tuanya meskipun nantinya orang tuanya memiliki pendamping yang baru.

Draw a Hope

Pada sesi ini subjek menggambar harapan setelah mengikuti proses terapi yang diberikan. Subjek bebas menggambar menggunakan warna yang telah disediakan.

Subjek langsung mengambil pensil warna berwarna merah. Ia mengatakan bahwa warna merah ialah semangat. Jadi, ia menggambar harapan dengan semangat. Ia menggambar seorang perempuan dengan bangunan sekolah yang bertuliskan SMA. Lalu ia menuliskan kata “harus menjadi lebih baik” ia mengatakan bahwa ia harus lulus sekolah. Setelah itu ia menggambar tiga orang yaitu gambar dirinya, ayah dan ibu dengan tulisan “buktiin ke semua orang bahwa tanpa orang tua bisa sukses” setelah itu ia menggambar masjid dengan tulisan “selalu ingat Allah dan harus istiqomah” setelah itu ia menggambar seorang perempuan yang sedang tersenyum dengan kata-kata “bersyukur masih diberi cobaan karena Allah sayang”. Ia mengatakan akan terus belajar dan membuktikan kepada orang tua dan sekitar bahwa ia bisa sukses meskipun bukan dari keluarga yang utuh.

Evaluation and Termination

Hasil terapi hasil terapi menunjukkan skor skala sebesar 60 yang berada pada kategori sedang

Subjek 2

1. Biodata

Nama/Inisial : J
Usia : 17 Tahun
Kelas : XI IPS
Hasil Pre-test : 67 dengan kategori sedang

2. Riwayat keluarga

Orang tua bercerai sejak satu tahun yang lalu
Subjek tinggal bersama Ibu dan kakak

3. Metode Assesmen

Assesmen psikologi bertujuan untuk mengumpulkan data dan informasi subjek dengan menggunakan wawancara, dan kuesioner. Wawancara dilakukan kepada subjek. Tujuan dari wawancara adalah untuk menggali data yang berhubungan dengan subjek. Sedangkan kuesioner bertujuan untuk mengukur resiliensi sebelum dan sesudah intervensi.

4. Hasil terapi

Session sharing

Pada sesi ini terapis dan subjek saling memperkenalkan diri. Terapis menanyakan apakah subjek masih mengingat terapis, dikarenakan hari sebelumnya terapis sudah memasuki kelas subjek untuk membagikan kuesioner. Subjek menjawab lupa dengan namanya tetapi masih ingat ketika terapis memasuki kelas. Terapis menanyakan kabar subjek hari ini, kegiatan apa yang sedang dilakukan saat pelajaran sekolah sebelum mengikuti terapi. Subjek bercerita sebelumnya ia sedang istirahat.

Terapis menjelaskan kepada subjek bahwa akan ada beberapa sesi yang akan subjek ikuti. Terapis juga mengatakan bahwa terapis sedang melakukan penelitian tesis dengan subjek remaja dengan orang tua bercerai. Harapannya setelah mengikuti terapi subjek menjadi lebih memahami keadaan yang berbeda dari remaja lainnya. Setelah subjek setuju subjek mengisi *informed concent* yang diberikan terapis.

Kegiatan selanjutnya terapis mengatakan bahwa subjek diminta untuk menggambar bebas pada kertas gambar yang disediakan dengan crayon, pensil warna dan spidol warna. Subjek dapat menggambar apapun bebas dengan menggunakan warna apa saja. Subjek mengerti dan mulai mengambil pensil warna dan menggambar rumah dan pohon dengan warna-warni yang terdapat pada gambar. Ketika selesai menggambar ia mengatakan bahwa tidak ada makna dari apa yang ia gambar. Ia mengatakan bahwa ia menggambar rumah dengan warna warni yang berantakan yang menandakan kacau seperti keluarganya. Sekarang ia merasa lebih lega karena sudah tinggal pisah dengan ayah. Subjek menangis menceritakan kekacauan yang ia maksud yaitu ia sering melihat ayah dan ibu yang bertengkar di depannya padahal ada ia di depannya. Ia tahu bahwa ayahnya selingkuh dan ayah suka bermain judi. Ia merasa tidak merasakan sosok ayah yang benar.

Subjek mengatakan bahwa ia sekarang tinggal terpisah dengan ayah. Ayah bekerja di Bengkulu. Sedangkan di Malang ia tinggal bersama kakak dan ibu. Ia mengaku setelah perceraian terjadi ia beberapa kali bolos sekolah. Banyak hal yang berubah saat perceraian terjadi, terlebih saat ia tahu ayahnya tidak membantu ibu untuk membayar sekolahnya. Sehingga ibu bekerja sebagai pembantu rumah tangga untuk dapat memenuhi kebutuhan rumah. Kakak sudah menikah, sehingga ia merasa bahwa ia yang harus menjaga ibu. Ia sekarang sudah bekerja di salah satu toko oleh-oleh ia mengatakan ia harus bisa membayar sekolah tanpa meminta uang pada ayahnya. Ia mengatakan bahwa ia tidak suka karena ayahnya melepaskan tanggung jawab terhadap keluarga. Ia sempat pergi dari rumah tiga hari setelah perceraian terjadi setelah itu ia kembali pulang karena tidak ingin ibunya sedih. Terapis menanyakan upaya apa saja yang subjek lakukan saat itu. Subjek mengatakan ia hanya diam saja karena merasa ia yang paling kecil di rumah. Ia bingung dan tidak melakukan apa-apa dan ia tidak menyukai ayah. Ia merasa harus kuat tanpa orang lain tau apa yang ia rasakan.

Terapis menanyakan kepada subjek apa yang bisa subjek dapatkan dari sesi ini lalu subjek menjawab ia teringat tentang keluarganya saat masih baik-baik saja. Awalnya ia menggambar yang terlintas dipikirkannya saja tetapi ketika terapis bertanya apakah gambar yang ia gambar ada hubungannya dengan permasalahan

keluarga tiba-tiba ia teringat lalu menangis. Terapis menanyakan apakah ia merasa lega setelah menggambar. Subjek menjawab ia lega karena jika terapis bertanya langsung mungkin ia tidak akan menjawab karena menurutnya cerita mengenai keluarga ini susah untuk diceritakan kepada orang yang belum dekat dengannya. Terapis menyampaikan bahwa gambar bebas yang ia gambar mungkin saja ialah perasaan yang dipendam terlalu lama karena tidak adanya kemauan untuk bercerita dengan orang lain. Terapis menyarankan agar subjek dapat bercerita kepada orang yang tepat agar ia tidak memendam perasaannya sendiri.

Describing Resilience

Pada sesi ini terapis menjelaskan mengenai resiliensi. Sebelumnya subjek mengatakan tidak tahu dan tidak pernah mendengar resiliensi. Terapis menjelaskan dengan menggunakan laptop. Setelah terapis menjelaskan mengenai pengertian, faktor dan juga hubungannya dengan permasalahan subjek maka dibuka sesi diskusi. Subjek mengatakan dari 5 faktor resiliensi, subjek mengatakan ia sudah melakukan aspek kepercayaan diri karena ia harus meyakinkan dirinya sendiri bahwa ia mampu melewati masalah. Selain itu faktor dapat menerima perubahan karena hal itu yang mau tidak mau ia lakukan. Lalu faktor pengendalian diri, ia tahu kapan dan kepada siapa ia bisa meminta pertolongan ketika ia membutuhkan bantuan.

Continue Picture Creatively

Pada sesi ini subjek diberi dua buah kertas gambar yang di kertas tersebut sudah terdapat gambar, tugas subjek ialah menjelaskan gambar apa yang ia lihat pada kertas tersebut setelah itu subjek akan melanjutkan gambar tersebut menjadi sebuah cerita.

Gambar pertama berisi gambar dua orang, satu laki-laki dan perempuan yang memiliki arah tujuan yang berbeda. Ia mengatakan bahwa gambar itu ialah gambar perpisahan orang tua. Lanjutan yang ia gambar ialah terdapat tiga orang di ujung jalan perempuan pada gambar lalu terdapat gambar satu orang dengan muka sedih di ujung jalan laki-laki pada gambar. Ia mengatakan bahwa ia bersama ibu dan kakaknya jauh lebih tenang dan bahagia. Sedangkan lanjutan gambar laki-laki ialah ayahnya yang sedang sedih sendirian di Bengkulu.

Gambar yang kedua ialah gambar anak laki-laki. Ia mengatakan bahwa itu gambar orang sedih. Dua panah, ada dua kemungkinan ketika orang sedih menghadapi orang tua bercerai. Yang pertama ialah bunuh diri yang kedua ialah harus kuat dan tersenyum. Ia mengatakan ia memilih yang kedua. Terapis bertanya apakah ia pernah berfikir untuk bunuh diri. Lalu ia menjawab tidak, tetapi banyak yang ia tau remaja rentan dengan bunuh diri jika tidak kuat menghadapi maslaah. Dari kedua gambar tersebut subjek mengatakan lebih menyakitkan gambar yang pertama karena ia masih bingung dengan perceraian yang terjadi dan hal-hal sebelum perceraian terjadi membuatnya sedih.

Terapis menanyakan kepada subjek apa yang bisa subjek dapatkan dari sesi ini lalu subjek menjawab ia dapat membayangkan bagaimana ia melanjutkan hidup jika dihadapkan pada situasi pada gambar. Terapis membenarkan jawaban subjek. Terapis menjelaskan bahwa tujuan dari melanjutkan gambar ialah ketika dihadapkan dengan permasalahan seperti digambar, bagaimana cara subjek menyelesaikan masalah. Ternyata subjek dapat melanjutkan gambar dengan hal yang positif meskipun pada gambar ayah hanya digambar sosok ayah yang sedih, pada gambar pertama subjek tidak melanjutkan gambar dan pada gambar kedua subjek melanjutkan gambar dengan menangis.

Arrangement picture

Pada sesi ini subjek diberikan dua set kartu yang masing-masing berisi 5 buah. Terapis akan memberikannya secara acak dan tugas subjek ialah menyusun kartu tersebut menjadi sebuah cerita.

Kartu yang pertama ialah kartu perempuan. Ia menceritakan kartu pertama ialah saat keluarga yang sedang berkumpul. Kartu kedua ialah anak yang sedang memikirkan sesuatu. Kartu ketiga ialah mungkin sedang memikirkan orang tua. Obat kangen ialah melihat foto orang tua. Kartu keempat ialah ingat semua kenangan dengan orang tua maka dari itu menangis sambil melihat foto. Kartu kelima ialah berdoa kepada Allah Swt.

Berikutnya ialah kartu dengan gambar laki-laki. Kartu pertama ialah gambar anak yang sedang senang. Kartu kedua ialah anak yang marah karena perpisahan orang tua. Kartu ketiga ialah bingung mengapa perpisahan itu terjadi. Kartu keempat

ialah murung dan kartu kelima ialah nangis, meratapi nasib mengapa perceraian terjadi.

Terapis menanyakan apakah subjek pernah melalui peristiwa yang sama seperti pada kartu. Subjek menjawab kedua kartu pernah ia alami. Lalu terapis bertanya hal baik apa yang dapat subjek ambil dari sesi ini. Subjek terdiam. Terapis bertanya mengapa pada kartu pertama ceritanya lebih baik dari kartu kedua. Subjek menjawab karena kartu pertama ada orang tua dan lebih baik jika orang tua berpisah meskipun anak merasa sedih. Untuk kartu kedua ialah yang sedang ia rasakan sekarang. Terapis mengatakan tidak apa-apa karena tidak ada jawaban benar atau salah, tetapi alangkah lebih baiknya jika dalam kehidupan ia dapat memilih kehidupan yang lebih positif sehingga akan berakhir bahagia.

Bridge of life

Pada sesi ini subjek menggambar jembatan yang menghubungkan dua sisi. Lalu setelah selesai menggambar subjek diminta untuk menggambar posisinya ketika ada di jembatan tersebut dan subjek menggambar arah panah tujuan hidup subjek lalu menuliskan awal dan akhir sisi jembatan pada gambar tersebut.

Subjek menggambar jembatan dengan spidol kuning dan jingga. Lalu subjek menggambar dirinya ada di awal jembatan, ia menggambar arah panah ke arah akhir dari jembatan. Setelah itu, terapis menjelaskan makna dari jembatan tersebut ialah diibaratkan sebagai kehidupan yang panjang, lalu pada sisi awal diibaratkan sebagai masa kanak-kanak di tengah masa remaja dan diakhir masa dewasa. Subjek menggambar dirinya ada di tengah jembatan, lalu terapis menanyakan apakah ada yang menarik atau dirindukan pada masa anak-anak. Subjek menjawab lebih nyaman menjadi anak-anak karena orang tua masih lengkap dan ia merasa dahulu sebelum ayah selingkuh rasanya keluarga itu indah. Sekarang meskipun sudah pisah dengan ayah tetapi kenangan buruknya masih teringat.

Selanjutnya terapis mengatakan mengenai arah panah tujuan kehidupan, bahwa sebenarnya subjek sudah tepat menggambar ke arah dewasa karena itu menandakan bahwa subjek memikirkan ke arah depan sekarang adalah tugasnya bagaimana cara menggapai tujuan tersebut dan akan mencapai tujuan secara positif atau negatif. Subjek mengatakan bahwa ia ingin maju. Ia tidak ingin lagi

mengingat masa lalu. Ia sekarang sekolah sambil bekerja. Agar ia tidak memberatkan ibu dan kakaknya.

Draw a Hope

Pada sesi ini subjek menggambar harapan setelah mengikuti proses terapi yang diberikan. Subjek bebas menggambar menggunakan warna yang telah disediakan.

Subjek langsung mengambil pensil warna berwarna hitam ia menggambar bangunan di depannya terdapat bendera merah putih. Ia mengatakan ia harus tetap sekolah dan harus lulus maka dari itu ia menuliskan kata-kata “yeay” di atas kepala orang yang ia gambar. Ia menyemangati diri sendiri untuk tetap fokus belajar agar bisa lulus tepat waktu. Selanjutnya ia menggambar toko oleh-oleh dan banyak orang di depannya. ia mengatakan bahwa ia berharap toko yang ia jaga laris sehingga ia bisa dapat bonus dan tetap bekerja di toko itu. Selain itu ia dapat menabung uangnya untuk bayar sekolah. Setelah itu ia menggambar kakak, ibu, dirinya dan ayah. Setelah itu ia memberi tanda panah dan menggambar ulang gambar tersebut tetapi semua bergandengan tangan. Ia berharap suatu hari nanti bisa berkumpul bersama dan bisa bahagia seperti dulu. Ia juga menambahkan pelangi agar hidupnya pun nanti berwarna.

Evaluation and Termination

Hasil terapi hasil terapi menunjukkan skor skala sebesar 92 yang berada pada kategori tinggi

Subjek 3

1. Biodata

Nama/Inisial : E
Usia : 16 Tahun
Kelas : XI IPA
Hasil Pre-test : 53 dengan kategori sedang

2. Riwayat keluarga

Orang tua bercerai sejak dua tahun yang lalu
Subjek tinggal bersama ayah, kakek dan kakak

3. Metode Assesmen

Assesmen psikologi bertujuan untuk mengumpulkan data dan informasi subjek dengan menggunakan wawancara, dan kuesioner. Wawancara dilakukan kepada subjek. Tujuan dari wawancara adalah untuk menggali data yang berhubungan dengan subjek. Sedangkan kuesioner bertujuan untuk mengukur resiliensi sebelum dan sesudah intervensi.

4. Hasil Terapi

Session sharing

Pada sesi ini terapis dan subjek saling memperkenalkan diri. Terapis menanyakan apakah subjek masih mengingat terapis, dikarenakan hari sebelumnya terapis sudah memasuki kelas subjek untuk membagikan kuesioner. Subjek menjawab lupa dengan namanya tetapi masih ingat ketika terapis memasuki kelas. Terapis menanyakan kabar subjek hari ini, kegiatan apa yang sedang dilakukan saat pelajaran sekolah sebelum mengikuti terapi. Subjek bercerita sedang tidak ada pelajaran karena gurunya tidak masuk, sebelumnya subjek sedang berolahraga.

Terapis menjelaskan kepada subjek bahwa akan ada beberapa sesi yang akan subjek ikuti. Terapis juga mengatakan bahwa terapis sedang melakukan penelitian tesis dengan subjek remaja dengan orang tua bercerai. Harapannya setelah mengikuti terapi subjek menjadi lebih memahami keadaan yang berbeda dari remaja lainnya. Setelah subjek setuju subjek mengisi *informed concent* yang diberikan terapis.

Kegiatan selanjutnya terapis mengatakan bahwa subjek diminta untuk menggambar bebas pada kertas gambar yang disediakan dengan crayon, pensil warna dan spidol warna. Subjek dapat menggambar apapun bebas dengan menggunakan warna apa saja. Subjek mengerti dan mulai mengambil spidol warna hitam dan memulai menggambar. Setelah menggambar selama 7 menit, subjek meletakkan pensil warna dan mengatakan pada terapis bahwa ia sudah selesai menggambar. Setelah itu terapis menanyakan bagaimana perasaan subjek ketika selesai menggambar. Subjek mengatakan bahwa ia agak bingung karena diminta untuk menggambar. Setelah itu terapis menanyakan gambar bebas apa yang subjek gambar. Subjek mengatakan bahwa ia menggambar satu pohon yang kering lalu ada burung kecil yang membawa daun untuk pohon tersebut. Lalu terapis menanyakan apakah gambar tersebut ada kesamaan dengan kehidupan subjek. Subjek menjawab ada, ia merasa sama seperti burung kecil, pohon kering ialah ibunya. Ia mengatakan ia sebagai burung kecil yang membawa kebahagiaan tetapi karena ia masih kecil jadi ia tidak bisa membawa kebahagiaan yang banyak untuk ibunya. Maka dari itu gambar burung juga hanya membawa satu persatu daun.

Subjek menangis sambil menceritakan yang ia gambar, terapis memberikan tisu. Ia mengatakan bahwa ia sekarang tinggal bersama ayah dan kakaknya, ibunya sekarang sudah menikah lagi. Ia merasa sebelum ibunya menikah lagi ibunya seorang diri tinggal di kos-kosan, jika ingin mendatangi ibu subjek tidak izin kepada ayah karena terkadang ayah ngomel. Ia mengatakan saat kejadian itu ia masih smp, saat di persidangan hakim mengatakan bahwa anak-anak akan ikut ayah karena ayah lebih berpenghasilan dari ibu. Saat itu ia bingung karena belum siap jika tidak tinggal bersama kedua orang tua. Saat smp sekolahnya sedikit terganggu karena ia merasa tidak adil harus mengurus urusan rumah sambil sekolah. Sekarang, ibu subjek mempunyai pacar dan ia mengenalinya. Ia setuju jika ibu menikah lagi karena ia tidak ingin ibu merasa sendirian. Sekarang ibu juga sudah bekerja sehingga ibu bisa beraktivitas dan tidak terlalu memikirkan perpisahan dengan ayahnya.

Subjek mengatakan bahwa ia tahu ayah dan ibu berpisah karena ayah yang kasar dan ibu selingkuh. Ia mengatakan bahwa ia tidak menyalahkan ibu karena

menurutnya ibu melakukan hal itu karena ayah kasar dengan ibu. Ibu pernah dipukul dan sering dibentak. Ia juga sering menemukan ibunya sedang menangis di luar rumah, ketika di lihat muka ibu sudah penuh luka. Sebenarnya ia senang karena dengan berpisah ia tidak melihat ibunya terluka, tetapi ia juga ingin bahwa ayah dan ibunya bersatu. Ayah menjadi baik dan ibu juga tidak selingkuh lagi. Ia merasa dengan adanya perceraian ia sempat kebingungan karena perubahan yang terjadi. Ia juga iri dengan teman-teman yang sepulang sekolah memakan masakan ibunya sedangkan ia tidak bisa malah ia yang menggantikan tugas ibu di rumah. Kakaknya bekerja membantu perekonomian keluarga. Sehingga, ia yang mengambil alih tugas ibu.

Terapis menanyakan upaya apa saja yang subjek lakukan saat itu. Subjek mengatakan ia jadi membagi waktu untuk mengurus urusan rumah dan sekolah. Ia berusaha sekolah dengan baik agar tidak menyusahkan kakak dan ayah yang membiayai sekolah. Beberapa kali jika teringat kejadian masa lalu atau ketika ia merasa lelah melakukan itu ia akan masuk kamar dan menangis. Subjek mengatakan jika tidak bisa ditahan lagi ia akan sholat dan mengaji karena hal itu yang bisa membuatnya tenang dan tidur.

Terapis menanyakan kepada subjek apa yang bisa subjek dapatkan dari sesi ini lalu subjek menjawab ia teringat tentang ibunya. Padahal, saat awal diminta menggambar ia tidak berfikir akan menggambar mengenai perceraian orang tua. Terapis menanyakan apakah ia merasa lega setelah menggambar. Subjek menjawab ia lega karena dapat bercerita, sebelumnya ia tidak mau bercerita kepada orang lain tetapi ternyata lebih nyaman jika ia bisa berbagi cerita dengan orang lain. Terapis menyampaikan bahwa gambar bebas yang ia gambar mungkin saja ialah perasaan yang dipendam terlalu lama karena tidak adanya kemauan untuk bercerita dengan orang lain. Terapis menyarankan agar subjek dapat bercerita kepada orang yang tepat agar ia tidak memendam perasaannya sendiri.

Describing Resilience

Pada sesi ini terapis menjelaskan mengenai resiliensi. Sebelumnya subjek mengatakan tidak tau dan tidak pernah mendengar resiliensi. Terapis menjelaskan dengan menggunakan laptop. Setelah terapis menjelaskan mengenai pengertian, faktor dan juga hubungannya dengan permasalahan subjek maka dibuka sesi

diskusi. Subjek mengatakan dari 5 faktor resiliensi, hanya ada faktor pengendalian diri dan spiritual saja yang ia rasa sudah ia lakukan dan ada pada dirinya. Subjek juga mengatakan hal-hal yang akan dilakukan yaitu ia ingin menjadi pribadi yang lebih baik dan yakin bahwa dirinya dapat melewati hidupnya dengan baik meskipun terlahir dari keluarga bercerai. Selain itu ia ingin tidak menangis terus, ia yakin dapat menerima perubahan yang terjadi di keluarganya dengan baik.

Continue Picture Creatively

Pada sesi ini subjek diberi dua buah kertas gambar yang di kertas tersebut sudah terdapat gambar, tugas subjek ialah menjelaskan gambar apa yang ia lihat pada kertas tersebut setelah itu subjek akan melanjutkan gambar tersebut menjadi sebuah cerita.

Gambar pertama berisi gambar dua orang , satu laki-laki dan perempuan yang memiliki arah tujuan yang berbeda. Ia mengatakan bahwa itu ialah gambar orang tua berpisah. Lanjutan yang ia gambar ialah ada satu anak perempuan di tengah-tengah bagian bawah gambar. Setelah itu ia menggambar anak panah menuju ke arah laki-laki pada gambar yang telah disediakan. Ia menceritakan bahwa anak perempuan yang ia gambar ialah dirinya yang sedih melihat ayah ibu bercerai. Ia menggambar anak panah yang menunjukkan bahwa ia sekarang tinggal bersama ayah. Sebenarnya ia juga ingin tinggal dengan ibu tetapi hasil dari pengadilan ialah ia tinggal bersama ayah karena ibu saat itu belum punya penghasilan. Sekarang subjek masih bingung kelanjutannya seperti apa, sehingga subjek tidak bisa menggambar lanjutan pada gambar tersebut.

Gambar yang kedua ialah gambar anak laki-laki. Ia mengatakan bahwa itu gambar orang sedih. Ia menggambar orang yang sedang menangis di sebelahnya. Ia mengatakan ia sering mengalami hal yang sama seperti di gambar. Menurutnya lanjutan dari gambar itu ialah menangis. Ia sering menangis seorang diri di kamar, ia merasa jika ia menceritakan kesedihannya kepada kakak nanti kakak jadi banyak pikiran. Jika ia bercerita kepada ayah nanti ayah marah. Jadi ia biasanya menangis dan berdoa agar lebih tenang. Dari kedua gambar tersebut subjek mengatakan lebih menyakitkan gambar yang kedua karena hal itu sering ia alami.

Terapis menanyakan kepada subjek apa yang bisa subjek dapatkan dari sesi ini lalu subjek menjawab ia teringat mengenai perpisahan orang tua dan ia melihat

dirinya pada gambar kedua. Terapis lalu menjelaskan bahwa tujuan dari melanjutkan gambar ialah ketika dihadapkan dengan permasalahan seperti digambar, bagaimana cara subjek menyelesaikan masalah. Ternyata pada gambar pertama subjek tidak melanjutkan gambar dan pada gambar kedua subjek melanjutkan gambar dengan menangis. Terapis mengatakan jika melihat gambar pertama dan itu sebagai perpisahan orang tua maka lanjutan pada gambar tersebut harusnya seperti apa. Subjek menjawab harusnya masing-masing menjadi orang yang lebih baik lagi. Lalu pada gambar kedua subjek tetap menjawab menangis. Terapis mengatakan bahwa lanjutan gambar yang pertama benar karena lanjutan dari kehidupan di harapkan sesuatu yang baik meskipun sebelumnya dalam keadaan yang kurang baik.

Arrangement picture

Pada sesi ini subjek diberikan dua set kartu yang masing-masing berisi 5 buah. Terapis akan memberikannya secara acak dan tugas subjek ialah menyusun kartu tersebut menjadi sebuah cerita.

Kartu yang pertama ialah kartu perempuan. Ia menceritakan kartu pertama ialah saat anak ditanya oleh orang tuanya ingin ikut ayah atau ibu. Kartu kedua ialah anak yang sedang merenung ingin ikut ayah atau ibu dan apakah perpisahan ini akan terjadi. Kartu ketiga ialah anak yang sedang melihat foto ayah dan ibu. Kartu keempat ialah anak yang menangis sambil melihat foto kedua orang tuanya, karena merasa akan benar-benar berpisah. Kartu kelima ialah gambar pasrah kepada Allah Swt.

Berikutnya ialah kartu dengan gambar laki-laki. Kartu pertama ialah anak yang marah dengan orang tuanya karena berpisah. Kartu kedua ialah anak yang sedang kecewa dan sedih. Kartu ketiga ialah anak yang sedang menangis. Kartu keempat ialah anak yang setelah menangis bimbang mau ikut siapa. Kartu kelima ialah gambar meminta petunjuk kepada Allah Swt.

Terapis menanyakan apakah subjek pernah melalui peristiwa yang sama seperti pada kartu. Subjek menjawab kedua kartu pernah ia alami. Lalu terapis bertanya hal baik apa yang dapat subjek ambil dari sesi ini. Subjek menjawab bagaimanapun keadaannya terakhir kita harus percaya terhadap jalan yang telah

ditentukan Allah Swt. Terapis membenarkan jawaban subjek yang artinya subjek sudah mendapatkan *insight* yang baik pada sesi ini.

Bridge of life

Pada sesi ini subjek menggambar jembatan yang menghubungkan dua sisi. Lalu setelah selesai menggambar subjek diminta untuk menggambar posisinya ketika ada di jembatan tersebut dan subjek menggambar arah panah tujuan hidup subjek lalu menuliskan awal dan akhir sisi jembatan pada gambar tersebut.

Subjek menggambar jembatan dengan spidol hitam. Lalu subjek menggambar dirinya ada di tengah jembatan, ia menggambar arah panah ke arah akhir dari jembatan. Setelah itu, terapis menjelaskan makna dari jembatan tersebut ialah diibaratkan sebagai kehidupan yang panjang, lalu pada sisi awal diibaratkan sebagai masa kanak-kanak di tengah masa remaja dan diakhir masa dewasa. Subjek menggambar dirinya ada di tengah jembatan, lalu terapis menanyakan bagaimana rasanya menjadi remaja setelah melewati masa kanak-kanak. Subjek menjawab lebih nyaman menjadi anak-anak karena orang tua masih lengkap tetapi mungkin dengan perceraian ini orang tuanya bisa lebih nyaman. Subjek juga tidak melihat perkuliahan orang tua lagi saat ini. Hanya saja banyak hal yang harus ia lakukan saat remaja, selain ia harus sekolah ia juga harus mengganti posisi ibu di rumah yaitu memasak dan mengurus urusan rumah.

Selanjutnya terapis mengatakan mengenai arah panah tujuan kehidupan, bahwa sebenarnya subjek sudah tepat menggambar ke arah dewasa karena itu menandakan bahwa subjek memikirkan ke arah depan sekarang adalah tugasnya bagaimana cara menggapai tujuan tersebut dan akan mencapai tujuan secara positif atau negatif. Subjek mengatakan bahwa ia ingin terus maju ke arah yang positif, ia mengatakan tidak ingin berdiam diri di situasi ini. Ia ingin bangkit dan cepat lulus sekolah, kuliah lalu bekerja sehingga bisa membantu ibu.

Draw a Hope

Pada sesi ini subjek menggambar harapan setelah mengikuti proses terapi yang diberikan. Subjek bebas menggambar menggunakan warna yang telah disediakan.

Subjek langsung mengambil spidol berwarna hitam dan menggambar bangunan yang ia katakan itu sebagai Universitas Negeri Malang. Ia ingin sekali

kuliah di sana. Ayah juga berjanji ingin menyekolahkan ia di univeritas tesebut tetapi ia belum mengetahui jurusan apa yang ingin ia ambil. Sementara ia mencari tahu dahulu bakat minatnya dimana agar bisa menntukan jurusan perkulihan. Hal yang akan ia lakukan ialah menjadi anak yang baik ketika di rumah, sekolah yang baik ketika di sekolah. Ia ingin sering mengunjungi ibu tanpa diam-diam lagi. Ia ingin bisa bercerita dengan ayah mengenai ibu. Ia ingin ia boleh menemui ibu kapanpun tanpa takut ketika izin kepada ayah.

Evaluation and Termination

Hasil terapi menunjukkan skor skala sebesar 68 yang berada pada kategori tinggi



LAMPIRAN HASIL PENELITIAN

Subjek 1

1. Biodata

Nama/Inisial : A
Usia : 16 Tahun
Kelas : X RPL
Hasil Pre-test : 52 dengan kategori sedang

2. Riwayat keluarga

Orang tua bercerai sejak empat tahun yang lalu
Subjek tinggal bersama ibu, nenek dan adik

3. Metode Assesmen

Assesmen psikologi bertujuan untuk mengumpulkan data dan informasi subjek dengan menggunakan wawancara, dan kuesioner. Wawancara dilakukan kepada subjek. Tujuan dari wawancara adalah untuk menggali data yang berhubungan dengan subjek. Sedangkan kuesioner bertujuan untuk mengukur resiliensi sebelum dan sesudah intervensi.

4. Hasil Terapi

Session sharing

Pada sesi ini terapis dan subjek saling memperkenalkan diri. Terapis menanyakan apakah subjek masih mengingat terapis, dikarenakan hari sebelumnya terapis sudah memasuki kelas subjek untuk membagikan kuesioner. Subjek menjawab lupa dengan namanya tetapi masih ingat ketika terapis memasuki kelas. Terapis menanyakan kabar subjek hari ini, kegiatan apa yang sedang dilakukan saat pelajaran sekolah sebelum mengikuti terapi. Subjek bercerita ia bertemu dengan motivator. Kegiatan tersebut ialah kegiatan dari sekolah sebelum ia praktik saat kelas XII nanti.

Terapis menjelaskan kepada subjek bahwa akan ada beberapa sesi yang akan subjek ikuti. Terapis juga mengatakan bahwa terapis sedang melakukan penelitian tesis dengan subjek remaja dengan orangtua bercerai. Harapannya setelah mengikuti terapi subjek menjadi lebih memahami keadaan yang berbeda dari

remaja lainnya. Setelah subjek setuju subjek mengisi *informed consent* yang diberikan terapis.

Kegiatan selanjutnya terapis mengatakan bahwa subjek diminta untuk menggambar bebas pada kertas gambar yang disediakan dengan crayon, pensil warna dan spidol warna. Subjek dapat menggambar apapun bebas dengan menggunakan warna apa saja. Subjek mengerti dan mulai mengambil spidol warna hitam dan memulai menggambar. Ia mengatakan bahwa ia suka warna hitam jadi ketika ditawarkan warna lain ia tidak ingin menggunakannya. Sebelum menggambar subjek kebingungan. Ia melihat kesekitar ruangan lalu ia mengatakan “bu boleh menggambar apa saja kan?” terapis menjawab iya. Lalu ia menggambar kartun minion. Setelah itu terapis menanyakan bagaimana perasaan subjek ketika selesai menggambar. Subjek mengatakan bahwa ia agak bingung karena diminta untuk menggambar bebas dan ia tidak memikirkan apa-apa. Setelah itu terapis menanyakan gambar bebas apa yang subjek gambar. Subjek mengatakan bahwa ia menggambar kartun minion. Kartun ini yang sering ditonton dan disukai adiknya. Lalu terapis menanyakan apakah gambar tersebut ada kesamaan dengan kehidupan subjek. Subjek menjawab mungkin yang sama adalah minion itu sama seperti saya, yaitu lucu dan suka membantu. Ia selalu ingin membuat ibu senang, sehingga ia sering sekali melucu agar ibunya senang karena ia tahu bahwa yang ibunya jalani ialah kehidupan yang sulit. Ia juga ingin membantu terutama saat bekerja nanti agar ia bisa membantu ibu dan menyekolahkan adik.

Ia mengatakan bahwa ia mempunyai adik kelas 6 SD. Ia dan adik tinggal di rumah nenek bersama ibu. Ia jarang bertemu dengan ayah karena setelah perceraian tersebut, ayah sudah menikah lagi. Terakhir kali bertemu ialah saat nenek dari pihak ayah meninggal Oktober lalu. Saat perceraian terjadi ia agak bingung karena ia tidak pernah melihat ada keanehan dalam keluarganya. Awal yang memberitahu perceraian itu ialah ibunya. Respon subjek saat itu kecewa. Setahun setelah itu ayah menikah lagi dan itu membuatnya terpuruk. Sebenarnya ia masih menaruh harapan bahwa orang tuanya akan kembali bersatu. Saat ayah menikah lagi. Ia juga berfikir jika sekarang ayah menikah lagi maka kasih sayang ayah akan terbagi.

Terapis menanyakan upaya apa saja yang subjek lakukan saat itu. Subjek mengatakan ia mulai kecewa dan mencoba merokok, memang awalnya ajakan teman karena ia ingin menghilangkan kepenatan. Tetapi, sekali coba ia sudah tidak suka. Menurutnya bukan begitu cara mengatasi kepenatan dalam permasalahannya.

Terapis menanyakan kepada subjek apa yang bisa subjek dapatkan dari sesi ini lalu subjek menjawab ia teringat mengenai kehidupannya padahal ia hanya menggambar kartun kesukaan adik. Terapis menyampaikan bahwa gambar bebas yang ia gambar mungkin saja ialah perasaan yang dipendam terlalu lama karena tidak adanya kemauan untuk bercerita dengan orang lain. Subjek mengatakan ia merasa tidak harus bercerita kepada orang lain, ia mencoba bercerita kepada ibu meskipun masih sebatas mengenai teman dan sekolah.

Describing Resilience

Pada sesi ini terapis menjelaskan mengenai resiliensi. Sebelumnya subjek mengatakan tidak tahu dan tidak pernah mendengar resiliensi. Terapis menjelaskan dengan menggunakan laptop. Setelah terapis menjelaskan mengenai pengertian, faktor dan juga hubungannya dengan permasalahan subjek maka dibuka sesi diskusi. Subjek mengatakan dari 5 faktor resiliensi, yang paling mendekati dirinya ialah faktor dapat menerima perubahan secara positif. Meskipun awalnya ia belum dapat menerima tetapi sekarang ia sudah mulai mengerti bahwa ayah dan ibunya tidak bisa bersama lagi.

Continue Picture Creatively

Pada sesi ini subjek diberi dua buah kertas gambar yang di kertas tersebut sudah terdapat gambar, tugas subjek ialah menjelaskan gambar apa yang ia lihat pada kertas tersebut setelah itu subjek akan melanjutkan gambar tersebut menjadi sebuah cerita.

Gambar pertama berisi gambar dua orang , satu laki-laki dan perempuan yang memiliki arah tujuan yang berbeda. Subjek mengatakan bahwa itu ialah gambar laki-laki dan perempuan berpisah. Ia terlebih dahulu menggambar seorang anak laki-laki pada bawah gambar yang sedang menghadap perpisahan orang tua. Lalu ia memulai menggambar emot ikon senyum pada lanjutan gambar perempuan dan

menggambar perempuan di ujung jalan pad alaki-laki. Ia mengatakan bahwa yang dibawah ialah dirinya, yaitu seorang anak yang kecewa karena perpisahan orang tua. Lalu, ia merasa setelah berpisah ibu tidak pernah mengeluh dan selalu terlihat senang maka dari itu ia menggambarkan emot ikon senyum. Setelah itu ia menggambar perempuan lain di sudut jalan yaitu ibu sambungnya yang akhirnya menikah dengan ayah.

Gambar yang kedua ialah gambar anak laki-laki. Ia mengatakan bahwa itu gambar orang sedih, ia melanjutkan gambar dengan menggambar orang yang sedang tersenyum. Subjek mengatakan bahwa ia sering sekali mengalami yang ada pada gambar itu, ia sering sedih saat mengingat kejadian perceraian. Ia menggambar senang ialah karena seharusnya ia bisa senang kembali seperti sebelum perceraian terjadi. Dari kedua gambar tersebut gambar yang menyedihkan ialah gambar perpisahan ayah ibu.

Terapis menanyakan kepada subjek apa yang bisa subjek dapatkan dari sesi ini lalu subjek menjawab ia teringat mengenai perpisahan orang tua dan ia melihat dirinya pada gambar kedua. Terapis lalu menjelaskan bahwa tujuan dari melanjutkan gambar ialah ketika dihadapkan dengan permasalahan seperti digambar, bagaimana cara subjek menyelesaikan masalah. Subjek sudah melanjutkan gambar dengan baik. Ia mengatakan ia teringat tentang materi resiliensi yang diberikan sehingga ia ingin menjadi seseorang yang kuat.

Arrangement picture

Pada sesi ini subjek diberikan dua set kartu yang masing-masing berisi 5 buah. Terapis akan memberikannya secara acak dan tugas subjek ialah menyusun kartu tersebut menjadi sebuah cerita.

Kartu yang pertama ialah kartu anak perempuan. Gambar pada kartu pertama ialah anak yang senang memiliki orang tua. Kartu kedua ialah gambar anak yang sedih melihat foto keluarganya yang masih utuh. Kartu ketiga ialah anak yang masih sedih setelah melihat foto. Kartu keempat ialah ialah gambar anak yang sedang berdoa untuk dirinya agar ia bisa melewati kejadian dalam hidupnya dan ia bisa menjadi anak yang tangguh. Kartu terakhir ialah anak yang sedang karena bisa bangkit dan bisa melihat foto keluarga yang tidak utuh dengan senang.

Kartu kedua ialah gambar anak laki-laki. Gambar pada kartu ialah anak yang sedang sedih. Selanjutnya ialah anak yang kecewa terhadap perceraian orang tua. Kartu keempat sebagai anak yang marah karena mengingat orang tua bercerai. Kartu keempat ialah gambar anak yang mencari cara bagaimana caranya bisa bangkit. Kartu kelima ialah anak yang senang karena ia bisa bangkit dari permasalahan.

Terapis menanyakan apakah subjek pernah melalui peristiwa yang sama seperti pada kartu. Subjek menjawab kedua kartu pernah ia alami. Lalu terapis bertanya hal baik apa yang dapat subjek ambil dari sesi ini. Subjek menjawab seburuk apapun keadaannya harus bisa bangkit dan membuat orang terdekat senang. Karena kesedihan pasti akan dibalas dengan yang baik nantinya. Terapis membenarkan jawaban subjek yang artinya subjek sudah mendapatkan *insight* yang baik pada sesi ini.

Bridge of life

Pada sesi ini subjek menggambar jembatan yang menghubungkan dua sisi. Lalu setelah selesai menggambar subjek diminta untuk menggambar posisinya ketika ada di jembatan tersebut dan subjek menggambar arah panah tujuan hidup subjek lalu menuliskan awal dan akhir sisi jembatan pada gambar tersebut.

Subjek menggambar jembatan dengan spidol hitam. Lalu subjek menggambar dirinya ada di awal jembatan, ia menggambar arah panah ke arah akhir dari jembatan. Setelah itu, terapis mengatakan makna dari jembatan tersebut ialah diibaratkan sebagai kehidupan yang panjang, lalu pada sisi awal diibaratkan sebagai masa kanak-kanak di tengah masa remaja dan diakhir masa dewasa. Subjek menggambar dirinya ada di awal jembatan, lalu terapis menanyakan apakah ada yang menyenangkan saat masa kanak-kanak. Subjek menjawab lebih nyaman menjadi anak-anak, karena hanya bermain dan saat itu orang tua masih lengkap. Saat anak-anak ia tidak harus memikirkan permasalahan hidup sedangkan pada masa remaja ia di hadapkan dengan permasalahan keluarga. Selanjutnya terapis mengatakan mengenai arah panah tujuan kehidupan, bahwa sebenarnya subjek sudah tepat menggambar ke arah dewasa karena itu

menandakan bahwa subjek memikirkan ke arah depan sekarang adalah tugasnya bagaimana cara menggapai tujuan tersebut dan akan mencapai tujuan secara positif atau negatif. Subjek mengatakan bahwa ia memang ingin cepat lulus dan bekerja karena ia ingin membantu ibunya dan membantu menyekolahkan adiknya. Maka dari itu ia memilih SMK agar ia dapat langsung bekerja membantu ibu.

Draw a Hope

Pada sesi ini subjek menggambar harapan setelah mengikuti proses terapi yang diberikan. Subjek bebas menggambar menggunakan warna yang telah disediakan.

Subjek langsung mengambil spidol berwarna hitam dan menggambar orang dengan tatapan mata kosong serta bibir yang tersenyum lalu ia menggambar di sebelahnya gambar orang sedang tersenyum tulus dan ada gambar muka orang menangis yang disilang di atas kepalanya. Ia mengatakan bahwa ia sering sekali terlihat senang, tetapi banyak yang ia tutupi dari orang lain. Ia ingin terlihat senang seperti ibunya, sehingga ia mengaku memang lebih tertutup dan tidak ingin bercerita ke siapapun. Hal yang akan ia lakukan ialah orang yang senang tetapi tidak berpura-pura. Ia ingin bisa tersenyum dengan tulus dengan kesuksesan yang ia raih. Ia mengatakan bahwa ia harus terbiasa dengan perubahan yang terjadi sehingga ia dapat menerima perubahan dalam keluarganya dengan baik. Selain itu, ia ingin menunjukkan kepada orang tuanya bahwa ia bisa menjadi anak yang sukses meskipun mengalami masalah keluarga.

Evaluation and Termination

Hasil terapi menunjukkan skor skala sebesar 60 yang berada pada kategori sedang

Subjek 2

1. Biodata

Nama/Inisial : F
Usia : 15 Tahun
Kelas : X TKJ
Hasil Pre-test : 47 dengan kategori sedang

2. Riwayat keluarga

Orang tua bercerai sejak sembilan tahun yang lalu
Subjek tinggal bersama bude dan pakde

3. Metode Assesmen

Assesmen psikologi bertujuan untuk mengumpulkan data dan informasi subjek dengan menggunakan wawancara, dan kuesioner. Wawancara dilakukan kepada subjek. Tujuan dari wawancara adalah untuk menggali data yang berhubungan dengan subjek. Sedangkan kuesioner bertujuan untuk mengukur resiliensi sebelum dan sesudah intervensi.

4. Hasil terapi

Session sharing

Pada sesi ini terapis dan subjek saling memperkenalkan diri. Terapis menanyakan apakah subjek masih mengingat terapis, dikarenakan hari sebelumnya terapis sudah memasuki kelas subjek untuk membagikan kuesioner. Subjek menjawab ingat karena terapis pernah masuk ke kelasnya. Terapis menanyakan kabar subjek hari ini, kegiatan apa yang sedang dilakukan saat pelajaran sekolah sebelum mengikuti terapi. Subjek bercerita sedang bermain dengan teman di kelas karena sudah selesai mengerjakan tugas dan menunggu waktu istirahat.

Terapis menjelaskan kepada subjek bahwa akan ada beberapa sesi yang akan subjek ikuti. Terapis juga mengatakan bahwa terapis sedang melakukan penelitian tesis dengan subjek remaja dengan orangtua bercerai. Harapannya setelah mengikuti terapi subjek menjadi lebih memahami keadaan yang berbeda dari remaja lainnya. Setelah subjek setuju subjek mengisi *informed concent* yang diberikan terapis.

Kegiatan selanjutnya terapis mengatakan bahwa subjek diminta untuk menggambar bebas pada kertas gambar yang disediakan dengan crayon, pensil warna dan spidol warna. Subjek dapat menggambar apapun bebas dengan menggunakan warna apa saja. Subjek mengerti dan mulai mengambil *crayon* warna *cream* dan memulai menggambar tiga orang. Dua perempuan dan satu laki-laki. Ia jua menggambar rumah dan tanaman di sudut kertas gambar. Setelah itu ia menggambar matahari dan awan. Terapis menanyakan bagaimana perasaan subjek ketika selesai menggambar. Subjek mengatakan awalnya ia tidak terfikir keluarga saat diminta menggambar bebas, tetapi tidak tahu kenapa yang terlintas adalah keinginannya mempunyai rumah dan tinggal bersama orang tua. Setelah itu terapis menanyakan gambar bebas apa yang subjek gambar. Subjek mengatakan bahwa ia menggambar dirinya, ayah dan ibu. Gambar itu menunjukkan kesenangan, ia mempunyai rumah dan suasananya menyenangkan. Lalu terapis menanyakan apakah gambar tersebut ada kesamaan dengan kehidupan subjek. Subjek menjawab ada, ia ingin sekali satu rumah dengan ayah dan ibu karena dari ia TK ia sudah di titipkan di rumah bu de dan yang membiayai sekolah dari kecil juga bu de. Sehingga ia merasa tidak mendapat kasih sayang dari orang tua kandung.

Saat menceritakan gambar bebas subjek menangis. Ia cukup lama menangis hingga terapis memberikan tisu dan minum. Setelah itu ia menceritakan bahwa dulu ia tidak mengerti kenapa tinggal dengan bu de sampe saat ia SD ia mulai mengerti kenapa orang tuanya tidak bersama. Ia mulai iri dengan teman-teman yang didampingi orang tua. Ia beranggapan bahwa ialah penyebab utama orang tuanya bercerai karena sekarang ayah dan ibunya sudah berkeluarga lagi. Saat kelas 4 SD ayah menikah lagi dan dikaruniai 3 anak. Setelah itu ibu juga menikah lagi pada saat subjek kelas 6 SD dan dikaruniai 1 orang anak. Ayah dan ibu subjek sama-sama tinggal di Surabaya. Saat SMP, Ibu sambung subjek pernah menawarkan untuk tinggal bersama di Surabaya. Subjek menolaknya karena ia ingin bersama bu de dan pak de yang membesarkannya dan juga tidak ingin ibunya merasa ia memilih salah satu. Ia pernah mencoba mencari tahu alasan perceraian tetapi yang ia dapatkan hanya saat subjek kecil ayah tidak memberi nafkah sampai ibu subjek harus bekerja saat subjek masih sangat kecil.

Subjek tidak pernah bercerita kepada siapapun karena ia takut membebani keluarga baru ayah dan ibu. Sedangkan jika cerita ke bu de atau pak de ia takut tambah merepotkan karena bu de dan pak de sudah sangat baik padanya. Ia pernah bercerita sekali saat SMP kepada teman kecilnya yaitu tetangganya. Saat itu ia bercerita ia ingin di sayang dengan orang tua lengkap, dan makin ia besar ia makin iri dengan teman. Sebenarnya subjek juga sering cerita dengan ayah dan ibu tetapi hanya sekedar cerita mengenai sekolah dan juga teman-teman agar ayah dan ibu tidak khawatir. Setelah perceraian terjadi ia menjadi kurang percaya diri dengan kemampuan yang dimiliki terkadang perceraian tersebut masih membayangi. Terapis menanyakan upaya apa saja yang subjek lakukan saat itu. Subjek mengatakan ia sering menangis tetapi ia menangis di dalam kamar agar bu de dan pak de tidak mengetahuinya. Sejauh ini ia hanya berdoa dan sholat ketika permasalahan keluarga mengganggunya.

Terapis menanyakan kepada subjek apa yang bisa subjek dapatkan dari sesi ini lalu subjek menjawab ia teringat tentang ayah ibunya. Padahal, saat awal diminta menggambar ia tidak berfikir akan menggambar mengenai perceraian orang tua. Terapis menanyakan apakah ia merasa lega setelah menggambar. Subjek menjawab ia lega karena dapat bercerita, sebelumnya ia tidak mau bercerita kepada orang lain karena takut merasa aneh. Tapi setelah bercerita dan menangis ia menjadi lebih lega. Terapis menyampaikan bahwa gambar bebas yang ia gambar mungkin saja ialah perasaan yang dipendam terlalu lama karena tidak adanya kemauan untuk bercerita dengan orang lain. Terapis menyarankan agar subjek dapat bercerita kepada orang yang tepat agar ia tidak memendam perasaannya sendiri.

Describing Resilience

Pada sesi ini terapis menjelaskan mengenai resiliensi. Sebelumnya subjek mengatakan tidak tahu dan tidak pernah mendengar resiliensi. Terapis menjelaskan dengan menggunakan laptop. Setelah terapis menjelaskan mengenai pengertian, faktor dan juga hubungannya dengan permasalahan subjek maka dibuka sesi diskusi. Subjek mengatakan dari 5 faktor resiliensi, hanya ada faktor pengaruh spiritual yang sering ia lakukan. Ia merasa minder ketika ingin mencapai

tujuan, ia juga merasa belum percaya pada diri sendiri. Ia mengatakan bahwa ia sebenarnya mau tidak mau menerima perubahan mengapa dirinya tidak dirawat oleh orang tua tetapi ia masih menunggu waktu untuk bertanya kepada orang tuanya sehingga hal itu tidak menyakiti perasaan pihak manapun.

Continue Picture Creatively

Pada sesi ini subjek diberi dua buah kertas gambar yang di kertas tersebut sudah terdapat gambar, tugas subjek ialah menjelaskan gambar apa yang ia lihat pada kertas tersebut setelah itu subjek akan melanjutkan gambar tersebut menjadi sebuah cerita.

Gambar pertama berisi gambar dua orang, satu laki-laki dan perempuan yang memiliki arah tujuan yang berbeda. Subjek mengatakan bahwa itu ialah gambar orang tua bercerai. Lalu ia melihat gambar itu lalu memulai melanjutkan gambar. Ia menggambar rumah di sisi sebelah gambar laki-laki dan juga perempuan. Di sebelah rumah terdapat lima gambar yang ia beri nama ibu. Lalu di sebelah perempuan ia menggambar tiga orang dengan diberi nama ibu adik ayah dan juga rumah. Ia menggambar namanya di tengah-tengah persimpangan jalan dari stimulus gambar dan menggambarkan dua orang lainnya yaitu bu de dan pak de dengan arah panah menunjuk ke sisi perempuan, sisi laki-laki dan sisi bu de dan pak de. Subjek bercerita bahwa ia menggambar kehidupan orang tuanya sekarang. Ia merasa ayah dan ibunya sudah memiliki kehidupan yang bahagia sehingga ia lebih memilih bersama bu de dan pak de yang telah membesarkannya.

Gambar yang kedua ialah gambar anak laki-laki. Ia mengatakan bahwa itu gambar orang sedih, ia melanjutkan gambar dengan menggambar dua orang yang sedang berpegangan tangan sambil tersenyum. Lalu di sebelahnya ada bangunan bertuliskan sekolah dan bangkit terus belajar. Di atasnya terdapat pelangi. Ia mengatakan gambar tersebut ialah dirinya yang sedang sedih, lalu ia bisa tersenyum karena ia punya teman kecil. Lalu ia harus sekolah dengan baik dan semangat agar ia selalu senang.

Terapis menanyakan kepada subjek apa yang bisa subjek dapatkan dari sesi ini lalu subjek menjawab ia melanjutkan gambar dengan yang ia harapkan meskipun ia sangat berat menggambar itu. Ia juga ingin bisa tinggal dengan ayah dan ibu tetapi mungkin dengan begini ayah dan ibu lebih baik. Terapis lalu menjelaskan

bahwa tujuan dari melanjutkan gambar ialah ketika dihadapkan dengan permasalahan seperti digambar, bagaimana cara subjek menyelesaikan masalah. Ternyata subjek dapat dengan baik melanjutkan gambar, meskipun subjek masih menyalahkan diri sendiri mengenai perceraian orang tua.

Arrangement picture

Pada sesi ini subjek diberikan dua set kartu yang masing-masing berisi 5 buah. Terapis akan memberikannya secara acak dan tugas subjek ialah menyusun kartu tersebut menjadi sebuah cerita.

Kartu yang pertama ialah kartu anak perempuan. Gambar pada kartu pertama ialah anak yang sedang melihat foto keluarga. Kartu kedua ialah gambar anak yang sedang mengingat kenangan pada foto tersebut sehingga menangis. Kartu ketiga ialah gambar anak yang sedang merenung. Kartu keempat ialah anak yang sedang meminta pertolongan kepada Allah. Kartu terakhir ialah ia harus menceritakan kepada orang tua agar tidak sedih lagi.

Potongan kartu selanjutnya ialah gambar kartu anak laki-laki. Gambar pada kartu pertama ialah anak melihat orang tuanya bercerai yang melihat perceraian orang tua lalu ia marah. Kartu kedua ialah gambar anak yang menangis karena mengetahui mengenai perceraian. Kartu ketiga anak yang merenung, subjek mengatakan masih ada di tahap ini. Selanjutnya kartu keempat anak tersebut bingung kenapa keadaannya menjadi seperti ini. Lalu yang terakhir ialah mencoba untuk melihat segala sesuatu lebih baik.

Terapis menanyakan apakah subjek pernah melalui peristiwa yang sama seperti pada kartu. Subjek menjawab kedua kartu pernah ia alami. Lalu terapis bertanya hal baik apa yang dapat subjek ambil dari sesi ini. Subjek menjawab bahwa akhir cerita harus bahagia meskipun sebelumnya harus sedih terlebih dahulu. Ia mengerti mengenai materi resiliensi dan ia bisa mengaplikasikannya pada sesi berikutnya tetapi ia mengatakan bahwa ia belum tau apakah di kehidupan nyata ia bisa menjadi anak yang resilien. Terapis memberikan semangat kepada subjek bahwa subjek sebenarnya ialah anak yang kuat maka dari itu subjek tidak boleh ragu agar ilmu yang didapat dari terapi dapat diaplikasikan. Pada sesi ini subjek mendapatkan *insight* yang baik.

Bridge of life

Pada sesi ini subjek menggambar jembatan yang menghubungkan dua sisi. Lalu setelah selesai menggambar subjek diminta untuk menggambar posisinya ketika ada di jembatan tersebut dan subjek menggambar arah panah tujuan hidup subjek lalu menuliskan awal dan akhir sisi jembatan pada gambar tersebut.

Subjek menggambar jembatan dengan spidol warna coklat. Lalu subjek menggambar dirinya ada di tengah jembatan dengan gambar dua ekspresi yaitu ekspresi senang dan menangis, ia menggambar arah panah ke arah akhir dari jembatan. Setelah itu, terapis mengatakan makna dari jembatan tersebut ialah diibaratkan sebagai kehidupan yang panjang, lalu pada sisi awal diibaratkan sebagai masa kanak-kanak di tengah masa remaja dan diakhir masa dewasa. Subjek menggambar dirinya ada di tengah jembatan karena ia melihat jembatan itu sebagai perubahan hidupnya jadi ia merasa sekarang sudah mulai mengerti mengenai keadaan yang terjadi dan harus senang. Selanjutnya terapis mengatakan mengenai arah panah tujuan kehidupan, bahwa sebenarnya subjek sudah tepat menggambar ke arah dewasa karena itu menandakan bahwa subjek memikirkan ke arah depan. Sekarang adalah tugasnya bagaimana cara menggapai tujuan tersebut dan akan mencapai tujuan secara positif atau negatif. Subjek mengatakan bahwa ia ingin menggapai cita-citanya untuk membuka usaha sendiri.

Draw a Hope

Pada sesi ini subjek menggambar harapan setelah mengikuti proses terapi yang diberikan. Subjek bebas menggambar menggunakan warna yang telah disediakan.

Subjek langsung mengambil spidol berwarna hitam dan menggambar orang dengan tulisan jadi lebih semangat. Lalu ia menuliskan tujuan agar tidak terus menerus bersedih lalu ia menggambar bangunan dan diberi nama toko Jaya Makmur yaitu ialah ia sekarang tidak boleh berlarut dalam kesedihan. Ia harus meyakinkan dirinya bahwa ia bisa mencapai tujuannya dan tidak minder lagi dan selalu melibatkan Allah Swt dalam setiap peristiwa dihidupnya. Jika ada masalah harus ia ceritakan, agar tidak mengganggu sekolah dan ia bisa mewujudkan keinginannya untuk membuka toko.

Evaluation and Termination

Hasil terapi hasil terapi menunjukkan skor skala sebesar 63 yang berada pada kategori sedang



Subjek 3

1. Biodata

Nama/Inisial : R
Usia : 17 Tahun
Kelas : X TBSM
Hasil Pre-test : 41 dengan kategori rendah

2. Riwayat keluarga

Orang tua bercerai sejak empat tahun yang lalu
Subjek tinggal bersama ayah sambung, kakak dan adik

3. Metode Assesmen

Assesmen psikologi bertujuan untuk mengumpulkan data dan informasi subjek dengan menggunakan wawancara, dan kuesioner. Wawancara dilakukan kepada subjek. Tujuan dari wawancara adalah untuk menggali data yang berhubungan dengan subjek. Sedangkan kuesioner bertujuan untuk mengukur resiliensi sebelum dan sesudah intervensi.

4. Hasil terapi

Session sharing

Pada sesi ini terapis dan subjek saling memperkenalkan diri. Terapis menanyakan apakah subjek masih mengingat terapis, dikarenakan hari sebelumnya terapis sudah memasuki kelas subjek untuk membagikan kuesioner. Subjek menjawab tidak ingat karena ia hanya mengisi kuesioner saja tetapi tidak memperhatikan saat terapis memperkenalkan diri. Terapis menanyakan kabar subjek hari ini, kegiatan apa yang sedang dilakukan saat pelajaran sekolah sebelum mengikuti terapi. Subjek bercerita sebelumnya subjek sedang beristirahat di keluar sekolah menemani teman.

Terapis menjelaskan kepada subjek bahwa akan ada beberapa sesi yang akan subjek ikuti. Terapis juga mengatakan bahwa terapis sedang melakukan penelitian tesis dengan subjek remaja dengan orangtua bercerai. Harapannya setelah mengikuti terapi subjek menjadi lebih memahami keadaan yang berbeda dari remaja lainnya. Setelah subjek setuju subjek mengisi *informed consent* yang diberikan terapis.

Kegiatan selanjutnya subjek untuk menggambar bebas pada kertas gambar yang disediakan dengan crayon, pensil warna dan spidol warna. Subjek dapat menggambar apapun bebas dengan menggunakan warna apa saja. Subjek mengerti dan mulai mengambil spidol warna hitam dan memulai menggambar. Sebelum memulai subjek sempat terdiam sambil memandang terapis, ia bingung ingin menggambar bebas apa. Subjek mulai mengambil pensil warna berwarna hitam, sambil menggambar ia mengatakan lumayan suka menggambar meskipun tidak jago. Setelah lima menit subjek menyelesaikan gambarnya. Setelah itu terapis menanyakan gambar bebas apa yang subjek gambar. Subjek mengatakan bahwa ia menggambar mata seseorang. Terapis menanyakan kembali mata siapa itu, lalu subjek mengatakan bahwa itu ialah gambar mata ibunya, awalnya ia ingin menggambar alis juga tetapi ia takut gambarnya jelek karena ia tidak ingin menggambar jelek karena alis ibunya adalah alis terbagus yang pernah ia lihat.

Terapis menanyakan apakah gambar tersebut ada kesamaan dengan kehidupan subjek. Subjek menjawab awalnya ia bingung saat diminta menggambar bebas. Lalu ia teringat mata ibunya, dan ia langsung menggambar mata ibu. Ia mengatakan bahwa ibunya baru saja meninggal seminggu yang lalu. Ia sudah tidak sedih lagi, tetapi tidak tahu kenapa setelah menggambar mata ia jadi teringat ibu dan merindukannya. Ia bercerita bahwa ibunya bercerai dengan ayahnya empat tahun yang lalu. Saat itu ia dititipkan dengan pak de dan bu de di Malang. Ayah pindah ke Jawa Tengah, kondisi ayah sekarang sedang sakit dan ibunya bekerja di luar negeri.

Saat tinggal bersama bu de dan pak de ia merasa bu de selalu menganak tirikan. Ia selalu di suruh-suruh oleh bu de. Saat ia tinggal bersama bu de, ia sering iri melihat teman-teman yang tinggal dengan keluarga. Ia merasa tidak mendapatkan kasih sayang dari orang tua dan bu de. Sehingga beberapa kali ia membuat masalah di sekolah, kabur dan merokok. Ia tidak ingin mengetahui alasan orang tua berpisah. Ia sempat berfikir kenapa harus ia yang mengalami keadaan keluarga yang buruk. Saat di luar negeri ibunya mengatakan ingin menikah lagi dengan orang Indonesia yang bekerja di sana. Lalu setelah menikah ibu dan ayah sambung kembali ke Indonesia dan tinggal di Malang. Saat di luar negeri ayah sambungnya sering menelfon dan terkesan sangat baik tetapi sesampainya di Malang ayah

sambungannya terlihat tidak menyukainya. Ia tahu tapi tidak ingin berbicara dengan ibunya mengenai ayah sambungannya tersebut.

Ia merasa bahwa tinggal bersama ayah sambung menjadi membuatnya tidak nyaman. Ia tetap tinggal bersama bu de dan pak de. Setelah ibu meninggal ia merasa ayah sambungannya menjadi baik dan perhatian padanya. Awalnya ia ingin menolak kebaikan ayah sambungannya tetapi ia mengingat ibunya yang sudah meninggal pasti sedih jika ia tidak berdamai dengan ayah sambung. Sekarang ia tinggal bersama adik, keponakan dan ayah sambungannya.

Terapis menanyakan upaya apa saja yang subjek lakukan saat itu. Saat itu ia hanya memendam sendiri saja perasaannya biar orang melihat ia sebagai anak yang baik. Subjek tidak pernah bercerita dengan orang lain, sehingga jika ia merasa sedih ia selalu jalan kaki keliling perumahannya sambil merokok. Setelah itu ia kembali pulang ke rumah dan merasa lebih baik.

Terapis menanyakan kepada subjek apa yang bisa subjek dapatkan dari sesi ini lalu subjek menjawab ia teringat tentang ibunya dan ia mengatakan bahwa ia mungkin sedang merindukan ibu. Terapis menanyakan apakah ia merasa lega setelah menggambar. Subjek menjawab agak lega karena dapat bercerita, sebelumnya ia tidak mau bercerita kepada orang lain. Terapis menyampaikan bahwa gambar bebas yang ia gambar mungkin saja ialah perasaan yang dipendam terlalu lama karena tidak adanya kemauan untuk bercerita dengan orang lain. Terapis menyarankan agar subjek dapat bercerita kepada orang yang tepat agar ia tidak memendam perasaannya sendiri dan tidak mencoba hal-hal negatif yang dapat merugikan dirinya.

Describing Resilience

Pada sesi ini terapis menjelaskan mengenai resiliensi. Sebelumnya subjek mengatakan tidak tahu dan tidak pernah mendengar resiliensi. Terapis menjelaskan dengan menggunakan laptop. Setelah terapis menjelaskan mengenai pengertian, faktor dan juga hubungannya dengan permasalahan subjek maka dibuka sesi diskusi. Subjek mengatakan dari 5 faktor resiliensi ia merasa menjalankan semua aspek tersebut tetapi masih setengah-setengah. Ia

mengatakan bahwa ia selalu meyakinkan dirinya bahwa ia mampu, ia harus cepat lulus dan bekerja sehingga ia bisa membantu keluarga.

Continue Picture Creatively

Pada sesi ini subjek diberi dua buah kertas gambar, di kertas tersebut sudah terdapat gambar, tugas subjek ialah menjelaskan gambar apa yang ia lihat pada kertas tersebut setelah itu subjek akan melanjutkan gambar tersebut menjadi sebuah cerita.

Gambar pertama berisi gambar dua orang , satu laki-laki dan perempuan yang memiliki arah tujuan yang berbeda. Subjek melihat gambar tersebut dan ia mengatakan bahwa itu ialah gambar ayah dan ibu , orang tersebut berpisah. Ia melanjutkan gambar pada sosok laki-laki terlebih dahulu. Ia menggambarkan sepasang laki-laki dan perempuan dengan baju rapi dan ada imbuhan tulisan *“find a rifght person for him”* lalu ia menggambar jalan dan menggambarkan seseorang sedang berada di depan meja komputer dengan gambar uang di atas kepalanya dan juga bertuliskan “sukses”. Setelah itu ia melanjutkan gambar gundukan tanah beserta nisan bertuliskan “kembali ke pabrik”

Selanjutnya ia melanjutkan gambar dari pihak perempuan ia menggambar jalan lalu terdapat tempat berisikan mayat dengan tulisan “tenang” setelah itu ia menggambarkan seorang perempuan melihat ke arah cahaya dengan tulisan “surga” dan setelah itu terdapat empat orang dengan tulisan “bertemu kembali”. Ia mengatakan, inilah lanjutan gambar yang ia inginkan di dunia nyata. Ia ingin ayahnya sembuh dan bisa mencari pasangan hidup sehingga bisa menemaninya sampai ia sukses dan meninggal nantinya. Ia menggambarkan ibu yang sudah meninggal, ia yakin ibu pasti masuk surga karena ibu sangat baik kepadanya dan juga adiknya juga anak sambung dari ayah sambungnya. Setelah itu ia mengatakan bahwa meskipun di dunia tidak bersama lagi pasti nanti subjek, ayah, ibu dan adik akan bertemu di surgaNya.

Gambar yang kedua ialah gambar anak laki-laki. Ia mengatakan bahwa itu gambar orang sedih dan murung, ia mengatakan gambar itu mirip dengan dirinya. Ia melanjutkan gambar dengan menggambar perempuan dan laki-laki sedang saling tunjuk dengan tulisan “vs”. Ia mengatakan bahwa anak pada gambar itu sedih karena melihat orang lain bertengkar. Orang yang ia gambar ialah bu de dan

pak de. Ia merasa sedih karena orang tua berpisah dan sekarang ia tinggal bersama keluarga yang juga tidak harmonis. Dari kedua gambar ia tidak suka gambar yang kedua, karena ia teringat kejadian bu de dan pak de dan juga mengingat kesedihannya saat orang tuanya bercerai.

Terapis menanyakan kepada subjek apa yang bisa subjek dapatkan dari sesi ini lalu subjek menjawab ia melanjutkan gambar dengan mudah pada gambar pertama. Sedangkan pada gambar kedua ia kesulitan karena mengingat peristiwa menyedihkan. Terapis lalu menjelaskan bahwa tujuan dari melanjutkan gambar ialah ketika dihadapkan dengan permasalahan seperti digambar, bagaimana cara subjek menyelesaikan masalah. Ternyata pada gambar kedua ia masih mengingat kejadian ayah dan ibu.

Arrangement picture

Pada sesi ini subjek diberikan dua set kartu yang masing-masing berisi 5 buah. Terapis memberikannya secara acak dan tugas subjek ialah menyusun kartu tersebut menjadi sebuah cerita.

Kartu yang pertama ialah kartu anak perempuan. Ia menyusun dari kartu yang pertama ialah gambar keluarga yang sedang berkumpul bersama. Kartu kedua ialah anak yang senang melihat foto kebersamaan keluarganya. Kartu ketiga ialah anak yang sedang sedih karena melihat masalah orang tua. Kartu keempat ialah anak yang sedang melihat foto keluarga lagi dan ia menyadari bahwa itu hal yang menyedihkan. Kartu selanjutnya ialah gambar anak yang agak tenang saat sudah menangis lalu anak tersebut berdoa untuk kebaikan keluarga.

Kartu kedua ialah gambar anak laki-laki. Gambar pada kartu ialah gambar orang yang senang saat berkumpul bersama keluarga. Kartu kedua ialah gambar anak yang kebingungan, kenapa kok sekarang orang tua menjadi bertengkar. Kartu ketiga ialah anak yang marah karena ternyata orang tua berpisah. Kartu keempat ialah anak yang sedih mengingat perpisahan orang tua. Kartu terakhir ia menyusun kartu kelima ialah anak yang menangis karena mengingat masa lalu saat masih bertiga dengan ayah dan ibu saat keluarga masih utuh.

Terapis menanyakan apakah subjek pernah melalui peristiwa yang sama seperti pada kartu. Subjek menjawab kedua kartu pernah ia alami. Lalu terapis bertanya

hal baik apa yang dapat subjek ambil dari sesi ini. Subjek menjawab tidak ada yang tahu bagaimana kehidupan, ada yang keluarganya utuh lalu bercerai. Ada yang sedang tertawa kemudian menangis. Tetapi apapun yang terjadi harus bisa menghadapi dengan baik. Terapis mengatakan bahwa ia bisa saja memilih gambar yang berakhir dengan bahagia. Tetapi, subjek mengatakan ia merasakan hal tersebut sehingga ia menyusun berdasarkan yang ia rasakan.

Bridge of life

Pada sesi ini subjek menggambar jembatan yang menghubungkan dua sisi. Lalu setelah selesai menggambar subjek diminta untuk menggambar posisinya ketika ada di jembatan tersebut dan subjek menggambar arah panah tujuan hidup subjek lalu menuliskan awal dan akhir sisi jembatan pada gambar tersebut.

Subjek menggambar jembatan dengan pensil warna berwarna hitam. Lalu ia menambahkan warna coklat untuk kayu dasar pada jembatan dan warna ungu untuk kayu atas jembatan. Subjek menggambar dirinya ada di akhir jembatan dengan kepala yang tidak lengkap digambar karena terlalu besar, ia menggambar arah panah ke arah akhir dari jembatan. Setelah itu, terapis mengatakan makna dari jembatan tersebut ialah diibaratkan sebagai kehidupan yang panjang, lalu pada sisi awal diibaratkan sebagai masa kanak-kanak di tengah masa remaja dan diakhir masa dewasa. Subjek menggambar dirinya ada di akhir jembatan, lalu terapis menanyakan kenapa menggambar diri sendiri di akhir jembatan dengan kepala yang besar. Subjek menjawab ia ingin cepat dewasa karena ingin membantu orang tua bekerja, terlebih ia sekarang tinggal bersama ayah sambung yang harus menafkahi banyak orang. Ia menggambar orang lebih besar karena ia ingin menjadi orang besar nantinya saat sudah dewasa. Selanjutnya terapis mengatakan mengenai arah panah tujuan kehidupan, bahwa sebenarnya subjek sudah tepat menggambar ke arah dewasa karena itu mendakan bahwa subjek memikirkan ke arah depan sekarang adalah tugasnya bagaimana cara menggapai tujuan tersebut dan akan mencapai tujuan secara positif atau negatif. Subjek mengatakan bahwa ia memang ingin cepat lulus dan bekerja jadi ia sekarang membantu ayah jika ada pesanan katering. Tetapi ia juga ingin mempunyai bengkel sendiri yang sesuai dengan jurusan yang ia ambil di SMK.

Draw a Hope

Pada sesi ini subjek menggambar harapan setelah mengikuti proses terapi yang diberikan. Subjek bebas menggambar menggunakan warna yang telah disediakan.

Subjek langsung mengambil pensil warna berwarna hitam dan menggambar dua orang yang sedang duduk di dalam ruangan. Ia menggambar dari sisi sebelah kiri. Ia menggambar terdapat perempuan berkerudung di tengahnya terdapat meja dan di atas meja terdapat laptop. Lalu di ujung meja terdapat anak laki – laki dengan tulisan pada gambar “agak lega”. Setelah itu ia menggambar laki-laki dengan mengangkat kedua lengan yang berotot dengan tulisan “berusaha jadi lebih kuat”. Subjek mengatakan ia menggambar keadaan saat proses terapi. Ia menggambar terapis ,laptop dan juga dirinya. Ia mengaku agak lega karena baru ini ia berbicara dengan orang. Selama ini ia ingin orang itu melihat dirinya baik-baik saja. Selanjutnya ia ingin menjadi orang yang lebih kuat dan mampu bangkit dari keadaan yang membuatnya sedih. Perceraian dan kepergian ibunya sudah terjadi. Sekarang ia mau fokus sekolah lalu bekerja di bengkel dan juga berkeinginan mempunyai bengkel nantinya. Lalu ia juga ingin membantu usaha ayahnya yaitu katering. Ia mengatakan akan selalu mengingat Allah Swt pada setiap proses hidupnya. Ia menyadari bahwa ia banyak mengeluh dan jarang bersyukur sehingga ia berusaha untuk lebih dekat dengan Allah Swt agar dipermudah saat menyelesaikan masalah dan tidak selalu menyalahkan keadaan.

Evaluation and Termination

Hasil terapi hasil terapi menunjukkan skor skala sebesar 62 yang berada pada kategori sedang.

Subjek 4

1. Biodata

Nama/Inisial : FE
Usia : 15 Tahun
Kelas : X RPL
Hasil Pre-test : 38 dengan kategori rendah

2. Riwayat keluarga

Orang tua bercerai sejak tiga bulan yang lalu
Subjek tinggal bersama nenek dan keluarga tante

3. Metode Assesmen

Assesmen psikologi bertujuan untuk mengumpulkan data dan informasi subjek dengan menggunakan wawancara, dan kuesioner. Wawancara dilakukan kepada subjek. Tujuan dari wawancara adalah untuk menggali data yang berhubungan dengan subjek. Sedangkan kuesioner bertujuan untuk mengukur resiliensi sebelum dan sesudah intervensi.

4. Hasil Terapi

Session sharing

Pada sesi ini terapis dan subjek saling memperkenalkan diri. Terapis menanyakan apakah subjek masih mengingat terapis, dikarenakan hari sebelumnya terapis sudah memasuki kelas subjek untuk membagikan kuesioner. Subjek menjawab lupa dengan namanya tetapi masih ingat ketika terapis memasuki kelas. Terapis menanyakan kabar subjek hari ini, kegiatan apa yang sedang dilakukan saat pelajaran sekolah sebelum mengikuti terapi. Subjek bercerita sedang tidak ada pelajaran karena gurunya tidak masuk, ia diberikan tugas oleh guru yang tidak masuk tersebut.

Terapis menjelaskan kepada subjek bahwa akan ada beberapa sesi yang akan subjek ikuti. Terapis juga mengatakan bahwa terapis sedang melakukan penelitian tesis dengan subjek remaja dengan orangtua bercerai. Harapannya setelah mengikuti terapi subjek menjadi lebih memahami keadaan yang berbeda dari remaja lainnya. Setelah subjek setuju subjek mengisi *informed consent* yang diberikan terapis.

Kegiatan selanjutnya terapis mengatakan bahwa subjek diminta untuk menggambar bebas pada kertas gambar yang disediakan dengan crayon, pensil warna dan spidol warna. Subjek dapat menggambar apapun bebas dengan menggunakan warna apa saja. Subjek mengerti dan mulai mengambil spidol warna hitam dan memulai menggambar. Subjek terdiam 8 menit sebelum menggambar. Ia menggambar pohon yang ada di rumah kakak neneknya dari ayah yang ada di Surabaya. Ia mengatakan bahwa ia ingin ke Surabaya karena ia tidak ingin berada di Malang. Kejadian perceraian yang baru saja menimpanya membuat ia menjadi orang yang pendiam dan ia masih belum terbiasa dengan keadaan yang baru. Ia tidak banyak bercerita. Hanya terdiam dan kadang melamun. Terapis menanyakan upaya apa saja yang subjek lakukan saat itu. Subjek mengatakan ia masih belum bisa memahami situasi yang terjadi karena ini hal baru di kehidupannya sehingga ia masih bingung dan butuh penyesuaian.

Ia bercerita dua tahun belakangan sering mendengar ayah dan ibunya berkelahi. Tetapi tidak pernah didepan adiknya, adik subjek berusia 5 SD dan ikut dengan Ibu. Sedangkan ia ikut dengan nenek dan tante tetapi jika hari libur dan akhir pekan ia tidur di kos ayahnya. Ia mengaku sangat tidak fokus setelah kejadian perceraian orang tua. Rumah yang mereka tempati sekarang di tempati oleh omnya. Sehingga masing-masing orang tuanya mencari tempat tinggal. Ia mengatakan belum siap jika menceritakan kejadian perceraian orang tua kepada temannya karena ia juga belum tahu pasti alasan perceraian orang tuanya. Kebingungan yang ia rasakan terkadang mengganggu pelajaran karena ia merasa lebih nyaman berdiam diri dan melamun. Di rumah ia juga jarang sekali keluar kamar karena ia merasakan perbedaan saat berada di rumah dan di rumah nenek. Saat menjawab pertanyaan dari terapis subjek lebih banyak melamun dan tidak fokus terhadap pertanyaan yang diberikan.

Terapis menanyakan kepada subjek apa yang bisa subjek dapatkan dari sesi ini lalu subjek menjawab ia tidak tahu. Ia hanya mengingat suasana rumah dari kakak neneknya di Surabaya. Ia ingin sekali kesana daripada harus di Malang. Terapis menyampaikan bahwa gambar bebas yang ia gambar mungkin saja ialah perasaan yang dipendam terlalu lama karena tidak adanya kemauan untuk bercerita dengan

orang lain. Subjek mengatakan mungkin karena ia tidak betah dengan suasana Malang maka dari itu ia menggambar rumah kakak nenek di Surabaya. Ia mengatakan bahwa ia berfikir tidak akan senang lagi setelah perpisahan orang tua. Ia melihat lingkungannya berubah dan hal itu yang paling membuatnya bingung saat ini.

Describing Resilience

Pada sesi ini terapis menjelaskan mengenai resiliensi. Sebelumnya subjek mengatakan tidak tahu dan tidak pernah mendengar resiliensi. Terapis menjelaskan dengan menggunakan laptop. Setelah terapis menjelaskan mengenai pengertian, faktor dan juga hubungannya dengan permasalahan subjek maka dibuka sesi diskusi. Subjek mengatakan dari 5 faktor resiliensi, ia mengatakan mungkin jika semua aspek dapat ia laksanakan hidupnya tidak akan kebingungan seperti ini.

Continue Picture Creatively

Pada sesi ini subjek diberi dua buah kertas gambar yang di kertas tersebut sudah terdapat gambar, tugas subjek ialah menjelaskan gambar apa yang ia lihat pada kertas tersebut setelah itu subjek akan melanjutkan gambar tersebut menjadi sebuah cerita.

Gambar pertama berisi gambar dua orang , satu laki-laki dan perempuan yang memiliki arah tujuan yang berbeda. Ia mengatakan bahwa ia itu adalah gambar ayah ibunya yang berpisah. Lanjutan yang ia gambar ialah ada satu anak kecil disebelah perempuan dan satu anak kecil disebelah laki-laki serta didepan jalan laki-laki tersebut diberi tanda tanya. Subjek mengatakan itu ialah gambar perpisahan orang tuanya, subjek membutuhkan waktu yang lama untuk melanjutkan gambar. Saat menggambar ia mengatakan memilih spidol hitam karena mungkin sedang dalam keadaan sedih karena ia mengaku masih baru sekali kejadian tersebut. Setelah itu, ia mengatakan bahwa gambar anak kecil di sebelah perempuan dan laki-laki itu ialah dirinya dan adeknya. Ia memilih tinggal bersama ayah sedangkan adik tinggal bersama ibu. Tanda tanya yang ada di depan jalan ialah ia masih bingung, nantinya bagaimana melanjutkan hidup hanya berdua dengan ayah, meskipun sesekali ia juga berkunjung ke rumah ibu.

Gambar yang kedua ialah gambar anak laki-laki. Ia mengatakan bahwa itu gambar orang sedih dan hanya bisa diam, meskipun subjek membutuhkan waktu yang lama saat melanjutkan gambar tetapi tidak selama gambar yang pertama. Ia menggambar orang berpisah sama seperti stimulus pada gambar pertama. Ia mengatakan bingung ingin menggambar apa. Ia masih merasa bingung dan perceraian orang tua masih sangat membekas. Ia mengatakan bahwa gambar itu ialah gambar anak yang sedih. Ia merasa gambar itu ialah dirinya, ia merasa beberapa kali melakukan hal yang sama seperti di gambar. Hasil dari gambar yaitu ada anak yang sedih karena melihat orang tuanya memilih berpisah dan ia dan adeknya juga ahrus terpisah. Dari kedua gambar tersebut subjek mengatakan lebih menyakitkan gambar yang pertama karena menurutnya hal itu baru saja terjadi.

Terapis menanyakan kepada subjek apa yang bisa subjek dapatkan dari sesi ini lalu subjek tidak menjawab dan hanya melamun. Terapis lalu menjelaskan bahwa tujuan dari melanjutkan gambar ialah ketika dihadapkan dengan permasalahan seperti digambar, bagaimana cara subjek menyelesaikan masalah. Subjek mengatakan ia masih bingung maka dari itu gambar yang keduanya ia masih menggambar perceraian orang tua.

Arrangement picture

Pada sesi ini subjek diberikan dua set kartu yang masing-masing berisi 5 buah. Terapis akan memberikannya secara acak dan tugas subjek ialah menyusun kartu tersebut menjadi sebuah cerita.

Kartu yang pertama ialah kartu anak perempuan. Gambar pada kartu pertama ialah keluarga yang sedang berkumpul. Kartu kedua ialah sedih melihat cek cok yang terjadi pada orang tuanya. Kartu ketiga ialah anak yang sedang melihat foto keluarganya saat keluarganya baik-baik saja. Kartu keempat ialah anak yang sedang menangis, ini adalah lanjutan dari kartu sebelumnya jadi setelah ia melihat foto tersebut iapun menangis. Kartu selanjutnya ialah anak yang sedang berdoa.

Kartu kedua ialah gambar anak laki-laki. Gambar pada kartu pertama ialah anak melihat orang tuanya bercerai. Kartu kedua ialah anak yang tidak tahu kenapa orang tuanya memutuskan untuk bercerai. Kartu ketiga ialah anak yang sedih karena ternyata perceraian itu sudah terjadi dan ia tidak tahu harus bagaimana. Kartu keempat ialah anak yang sudah tidak kuat lagi menahan

kejadian perpisahan orang tua sehingga ia menangis dan kartu kelima ialah berdoa, karena hal itu saja yang bisa ia lakukan.

Terapis menanyakan apakah subjek pernah melalui peristiwa yang sama seperti pada kartu. Subjek tersenyum. Lalu terapis bertanya hal baik apa yang dapat subjek ambil dari sesi ini. Subjek tidak menjawab. Terapis mengatakan bahwa susunan gambar yang ia buat sudah baik karena setelah gambar yang sedih urutannya mengarah ke arah yang lebih baik. Terapis menanyakan apakah bisa ia juga melakukan hal yang sama seperti pada susunan kartu. Ia menjawab harusnya bisa tetapi tidak tahu kapan.

Bridge of life

Pada sesi ini subjek menggambar jembatan yang menghubungkan dua sisi. Lalu setelah selesai menggambar subjek diminta untuk menggambar posisinya ketika ada di jembatan tersebut dan subjek menggambar arah panah tujuan hidup subjek lalu menuliskan awal dan akhir sisi jembatan pada gambar tersebut.

Subjek menggambar jembatan dengan spidol hitam. Lalu subjek menggambar dirinya ada di tengah jembatan, ia menggambar arah panah ke arah akhir dari jembatan. Setelah itu, terapis menjelaskan makna dari jembatan tersebut ialah diibaratkan sebagai kehidupan yang panjang, lalu pada sisi awal diibaratkan sebagai masa kanak-kanak di tengah masa remaja dan diakhir masa dewasa. Subjek menggambar dirinya ada di tengah jembatan, lalu terapis menanyakan bagaimana rasanya menjadi remaja setelah melewati masa kanak-kanak. Subjek menjawab lebih nyaman menjadi anak-anak karena orang tua masih lengkap dan tidak siap menghadapi kenyataan dari perceraian orang tua.

Selanjutnya terapis mengatakan mengenai arah panah tujuan kehidupan, bahwa sebenarnya subjek sudah tepat menggambar ke arah dewasa karena itu menandakan bahwa subjek memikirkan ke arah depan sekarang adalah tugasnya bagaimana cara menggapai tujuan tersebut dan akan mencapai tujuan secara positif atau negatif. Subjek mengatakan bahwa ia masih bingung ingin melakukan apa kedepannya karena kejadian perceraian masih baru. Ia mengatakan sudah sedikit lega sekarang sudah bertemu orang lain yang

memahami keadaannya. Tetapi ia masih belum dapat memikirkan kedepannya ingin seperti apa. Ia hanya ingin melakukan hal positif.

Draw a Hope

Pada sesi ini subjek menggambar harapan setelah mengikuti proses terapi yang diberikan. Subjek bebas menggambar menggunakan warna yang telah disediakan.

Subjek terdiam 5 menit ketika terapis bertanya ia seperti melamun dan mengatakan bingung. Lalu subjek mengatakan ia belum tahu harapan apa yang akan ia lakukan ke depannya. Terapis mengatakan jika tidak bisa menggambar untuk jangka panjang subjek bisa menggambar yang ingin ia lakukan dalam waktu dekat. Subjek menggambar dua orang yang ia katakan bahwa sekarang dirinya sedang sedih tapi hal yang ingin dia lakukan adalah senyum karena ia ingin senang tanpa harus terfikir mengenai perceraian orang tua.

Evaluation and Termination

Hasil terapi menunjukkan skor skala sebesar 56 yang berada pada kategori sedang.



Subjek 5

1. Biodata

Nama/Inisial : S
Usia : 16 Tahun
Kelas : X TKJ
Hasil Pre-test : 50 dengan kategori sedang

2. Riwayat keluarga

Orang tua bercerai sejak delapan bulan yang lalu
Subjek tinggal bersama Ibu, nenek, tante dan adik

3. Metode Assesmen

Assesmen psikologi bertujuan untuk mengumpulkan data dan informasi subjek dengan menggunakan wawancara, dan kuesioner. Wawancara dilakukan kepada subjek. Tujuan dari wawancara adalah untuk menggali data yang berhubungan dengan subjek. Sedangkan kuesioner bertujuan untuk mengukur resiliensi sebelum dan sesudah intervensi.

4. Hasil terapi

Session sharing

Pada sesi ini terapis dan subjek saling memperkenalkan diri. Terapis menanyakan apakah subjek masih mengingat terapis. Subjek ingat karena saat itu ia sedang memperhatikan terapis saat menjelaskan cara mengisi kuesioner. Terapis menanyakan kabar subjek hari ini, kegiatan apa yang sedang dilakukan saat pelajaran sekolah sebelum mengikuti terapi. Subjek bercerita sedang tidak ada pelajaran karena gurunya tidak masuk, sebelumnya subjek sedang berolahraga.

Terapis menjelaskan kepada subjek bahwa akan ada beberapa sesi yang akan subjek ikuti. Terapis juga mengatakan bahwa terapis sedang melakukan penelitian tesis dengan subjek remaja dengan orangtua bercerai. Harapannya setelah mengikuti terapi subjek menjadi lebih memahami keadaan yang berbeda dari remaja lainnya. Setelah subjek setuju subjek mengisi *informed concent* yang diberikan terapis.

Kegiatan selanjutnya subjek menggambar bebas pada kertas gambar yang disediakan dengan crayon, pensil warna dan spidol warna. Subjek dapat

menggambar apapun bebas dengan menggunakan warna apa saja. Subjek mengerti dan mulai mengambil spidol warna hitam dan memulai menggambar. Sebelum memulai menggambar subjek sempat terdiam sambil memegang spidol berwarna hitam. Subjek mulai menggambar telapak bunga dan juga daun. Setelah itu, subjek mengambil spidol warna merah dan menghias dalam kelopak bunga tersebut. Subjek mengatakan bahwa ia sudah selesai menggambar. Subjek mengatakan bahwa ia menggambar bunga. Lalu terapis bertanya apakah ada hubungannya gambar tersebut dengan permasalahan yang terjadi. Subjek terdiam sejenak lalu mengatakan bahwa itu adalah gambar pertama kali yang bisa ia gambar yang diajarkan oleh ayah. Terapis menanyakan apakah ia merindukan ayah. Subjek mengatakan sebelum proses menggambar ia sama sekali tidak memikirkan tentang keluarga tetapi saat diminta menggambar bebas ia teringat ajaran ayahnya dan merasa rindu. Ia baru bertemu lagi dengan ayah dua bulan yang lalu saat ia berulang tahun. Ia memang jarang bertemu ayah, karena menurutnya ibu tidak mau bertemu ayah meskipun ibu tidak pernah melarang ia bertemu dengan ayah.

Subjek merespon pertanyaan terapis sangat lambat, lebih banyak diam sebelum menjawab pertanyaan. Ia mengatakan dua tahun yang lalu ia menyadari bahwa orang tuanya tidak akur. Saat malam ia terbangun karena mendengar orang tuanya berdebat, ia hanya bisa diam dan menangis di dalam kamar. Ia juga mulai merasa iri saat melihat orang tua dari teman-temannya bersama-sama, sedangkan kondisi keluarganya yang sudah tidak harmonis. Saat perceraian terjadi ia lebih sering sedih dan menangis dan ia juga tidak yakin dengan dirinya sendiri. Ia berfikir bahwa ia tidak akan mampu mencapai tujuan hidup. Terapis menanyakan upaya apa saja yang subjek lakukan saat itu. Subjek mengatakan ia sekarang tinggal bersama ibu dan tante di rumah nenek. Ibu mulai bekerja sebagai buruh cuci, jadi ia hanya bisa diam dan tidak berani cerita kepada keluarga karena sampai sekarang ia belum mengetahui alasan orang tuanya bercerai. Yang ia lakukan sekarang hanya harus belajar dengan baik karena yang membiayai sekolah ialah ibu dan tante. Saat perpisahan terjadi banyak perubahan sehingga ia masih merasa bingung dan belum bisa menyesuaikan keadaan baru. Ia merasa setelah perceraian terjadi ia merasa sepi, sehingga sekarang ia lebih pendiam

Terapis menanyakan kepada subjek apa yang bisa subjek dapatkan dari sesi ini lalu subjek menjawab ia teringat ayah. Terapis menanyakan apakah ia merasa lega setelah menggambar. Subjek menjawab ia lega. Terapis menyampaikan bahwa gambar bebas yang ia gambar mungkin saja ialah perasaan yang dipendam terlalu lama karena tidak adanya kemauan untuk bercerita dengan orang lain. Terapis menyarankan agar subjek dapat bercerita kepada orang yang tepat agar ia tidak memendam perasaannya sendiri. Ia mengatakan mungkin ia akan mulai bercerita dengan terapis terlebih dahulu karena menurutnya menceritakan hal ini pada orang lain belum tentu orang itu mengerti.

Describing Resilience

Pada sesi ini terapis menjelaskan mengenai resiliensi. Sebelumnya subjek mengatakan tidak tahu dan tidak pernah mendengar resiliensi. Terapis menjelaskan dengan menggunakan laptop. Setelah terapis menjelaskan mengenai pengertian, faktor dan juga hubungannya dengan permasalahan subjek maka dibuka sesi diskusi. Subjek mengatakan dari 5 faktor resiliensi, hanya ada faktor kompetensi personal dan pengenalan diri saja yang telah ia lakukan. Ia merasa harus dapat mencapai cita-citanya meskipun dalam keadaan keluarga bercerai. Menurutnya hal yang akan dilakukannya dalam waktu dekat ialah aspek pengaruh spiritual, ia mengatakan bagaimana ia menjadi kuat jika ia tidak sering sholat dan berdoa lalu selanjutnya ia akan melakukan aspek kepercayaan diri agar dirinya dapat lebih tenang menghadapi permasalahan lalu yang terakhir jika semua dapat ia kerjakan dengan baik ia akan mudah untuk menerima perubahan. Tetapi, semua itu tidak bisa ia lakukan dengan cepat. Ia menyadari bahwa butuh waktu dan kemauan untuk bisa melalui itu dengan baik.

Continue Picture Creatively

Pada sesi ini subjek diberi dua buah kertas gambar yang di kertas tersebut sudah terdapat gambar, tugas subjek ialah menjelaskan gambar apa yang ia lihat pada kertas tersebut setelah itu subjek akan melanjutkan gambar tersebut menjadi sebuah cerita.

Gambar pertama berisi gambar dua orang , satu laki-laki dan perempuan yang memiliki arah tujuan yang berbeda. Sebelum melanjutkan gambar ia sempat

terdiam selama 2 menit sebelum memulai, ia mengatakan bahwa itu ialah gambar orang tua yang tidak sejalan. Lalu ia melihat gambar itu lalu memulai melanjutkan gambar. Ia memilih tidak melanjutkan gambar pada posisi atas, melainkan ia menggambar pada posisi bawah yaitu ia menggambar dua orang anak kecil yang di tengahnya terdapat gambar hati retak. Ia mengatakan ia tidak bisa melanjutkan gambar dengan baik, karena ia tidak tahu apa yang terjadi kedepan sedangkan setelah perceraian terjadi banyak hal berubah. Yang ia tahu sekarang adalah ia dan adiknya kekurangan kasih sayang dan terus bertanya kenapa hal ini terjadi sehingga yang dulunya tertawa bersama kini hilang dan sepi.

Gambar yang kedua ialah gambar anak laki-laki. Ia mengatakan bahwa itu gambar orang sedih, ia melanjutkan gambar dengan menggambar orang yang sedang menangis. Ia mengatakan hal ini yang terjadi padanya saat awal perceraian. Tetapi sekarang sudah lebih jarang menangis. Ia mengatakan dari kedua gambar yang diberikan gambar ini yang menyakitkan karena ia melihat dirinya yang murung dan sedih tetapi selanjutnya ia malah menangis. Ia mengatakan memang ingin berakhir bahagia tetapi yang ia jalani sekarang ialah yang ia gambar yaitu menangis.

Terapis menanyakan kepada subjek apa yang bisa subjek dapatkan dari sesi ini lalu subjek menjawab ia teringat mengenai perpisahan orang tua dan ia melihat dirinya pada gambar kedua. Terapis lalu menjelaskan bahwa tujuan dari melanjutkan gambar ialah ketika dihadapkan dengan permasalahan seperti digambar, bagaimana cara subjek menyelesaikan masalah. Subjek mengatakan bahwa ia belum bisa melanjutkan gambar. Saat ia melihat gambarnya saja ia sudah sedih. Ia tahu bahwa ia harus kuat tetapi ia masih belum tahu bagaimana lanjutan yang baik dari gambar yang diberikan.

Arrangement picture

Pada sesi ini subjek diberikan dua set kartu yang masing-masing berisi 5 buah. Terapis memberikannya secara acak dan tugas subjek ialah menyusun kartu tersebut menjadi sebuah cerita.

Kartu yang pertama ialah kartu anak perempuan. Gambar pada kartu pertama ialah keluarga yang sedang berkumpul bersama. Kartu kedua merenung karena keluarganya tidak seperti dulu lagi. Kartu ketiga ialah anak yang sedang melihat

foto keluarga. Kartu keempat ialah gambar anak yang sedang mengingat kenangan dari gambar keluarga yang ia lihat. Kartu selanjutnya ialah gambar anak yang sedang berdoa untuk kebaikan keluarga.

Kartu kedua ialah gambar anak laki-laki. Gambar pada kartu pertama ialah orang yang senang karena keluarganya masih utuh. Kartu kedua ialah gambar anak yang sedih karena ternyata merasa hubungan keluarga menjadi renggang. Kartu ketiga ialah gambar anak yang berfikir kenapa hubungan keluarga menjadi renggang. Kartu keempat ialah gambar orang tua yang tidak sejalan. Terakhir ia menyusun kartu kelima yaitu gambar anak yang menangis karena menyadari bahwa keluarganya tidak lagi utuh.

Terapis menanyakan apakah subjek pernah melalui peristiwa yang sama seperti pada kartu. Subjek menjawab kedua kartu pernah ia alami. Lalu terapis bertanya hal baik apa yang dapat subjek ambil dari sesi ini. Subjek terdiam dan menjawab tidak tahu. Terapis menjelaskan bahwa sebenarnya urutan dari kartu bisa kita pilih sehingga kartu tersebut dapat berakhir bahagia seperti urutan kartu pertama. Lalu subjek menjawab pada kartu kedua itu yang sedang dialami olehnya. Terapi mengatakan tidak apa-apa, lalu terapis menyemangati bahwa subjek dapat melewati permasalahan yang ia alami.

Bridge of life

Pada sesi ini subjek menggambar jembatan yang menghubungkan dua sisi. Lalu setelah selesai menggambar subjek diminta untuk menggambar posisinya ketika ada di jembatan tersebut dan subjek menggambar arah panah tujuan hidup subjek lalu menuliskan awal dan akhir sisi jembatan pada gambar tersebut.

Subjek menggambar jembatan dengan spidol hitam. Lalu subjek menggambar dirinya ada di awal jembatan, ia menggambar arah panah ke arah akhir dari jembatan. Setelah itu, terapis mengatakan makna dari jembatan tersebut ialah diibaratkan sebagai kehidupan yang panjang, lalu pada sisi awal diibaratkan sebagai masa kanak-kanak di tengah masa remaja dan diakhir masa dewasa. Subjek menggambar dirinya ada di awal jembatan, lalu terapis menanyakan apakah ada yang menyenangkan saat masa kanak-kanak. Subjek menjawab ia tidak suka menjadi remaja karena perubahan yang terjadi yang membuatnya

bingung. Ia masih sering mengingat masa kanak-kanak yang ramai dan penuh kasih sayang dari orang tua. Selanjutnya terapis mengatakan mengenai arah panah tujuan kehidupan, bahwa sebenarnya subjek sudah tepat menggambar ke arah dewasa karena itu mendakan bahwa subjek memikirkan ke arah depan sekarang adalah tugasnya bagaimana cara menggapai tujuan tersebut dan akan mencapai tujuan secara positif atau negatif. Subjek mengatakan bahwa ia memang ingin cepat lulus dan bekerja jadi ia tidak menjadi beban untuk ibu dan tentunya. Tetapi, itu masih ada di pikirannya saja sedangkan kenyataannya ia masih sangat jauh memikirkan hal tersebut.

Draw a Hope

Pada sesi ini subjek menggambar harapan setelah mengikuti proses terapi yang diberikan. Subjek bebas menggambar menggunakan warna yang telah disediakan.

Subjek langsung mengambil spidol berwarna hitam dan menggambar orang dan ia menggambar pelangi diatas kepala gambar tersebut. Ia mengatakan bahwa orang yang ia gambar ialah dirinya, meskipun ia masih menggunakan warna hitam tapi ia sudah memberikan senyum pada wajahnya. Ia mengatakan akan berubah pelan-pelan sehingga nantinya ia akan menggunakan warna ceria. Selanjutnya ia memberikan warna pada gambar pelangi di atas kepalanya itu menandakan bahwa ia suatu saat nanti pasti bahagia dan ia harus meyakinkan dirinya bahwa ia mampu melewati masalah dan tetap mampu mencapai tujuan. Ia yakin bahwa ia bisa melalui semua dengan tenang, tidak bingung lagi, bisa tertawa bersama keluarga lagi dan tidak akan pernah sedih sehingga ia akan menjadi anak yang tangguh.

Evaluation and Termination

Hasil terapi hasil terapi menunjukkan skor skala sebesar 61 yang berada pada kategori sedang

Identitas Subjek Penelitian

No	Kelompok Eksperimen	Jenis kelamin	Usia	Hasil <i>pre- test</i>	Hasil <i>post - test</i>
1	A	Laki-laki	16 Tahun	52	60
2	F	Perempuan	15 Tahun	47	63
3	R	Laki-laki	17 Tahun	41	62
4	FE	Perempuan	15 Tahun	38	58
5	S	Perempuan	16 Tahun	50	61
No	Kelompok Kontrol	Jenis kelamin	Usia	Hasil <i>pre- test</i>	Hasil <i>post - test</i>
1	F	Perempuan	15 Tahun	51	50
2	K	Perempuan	17 Tahun	43	44
3	J	Perempuan	16 Tahun	47	49
4	S	Perempuan	19 Tahun	50	47
5	R	Perempuan	18 Tahun	44	45

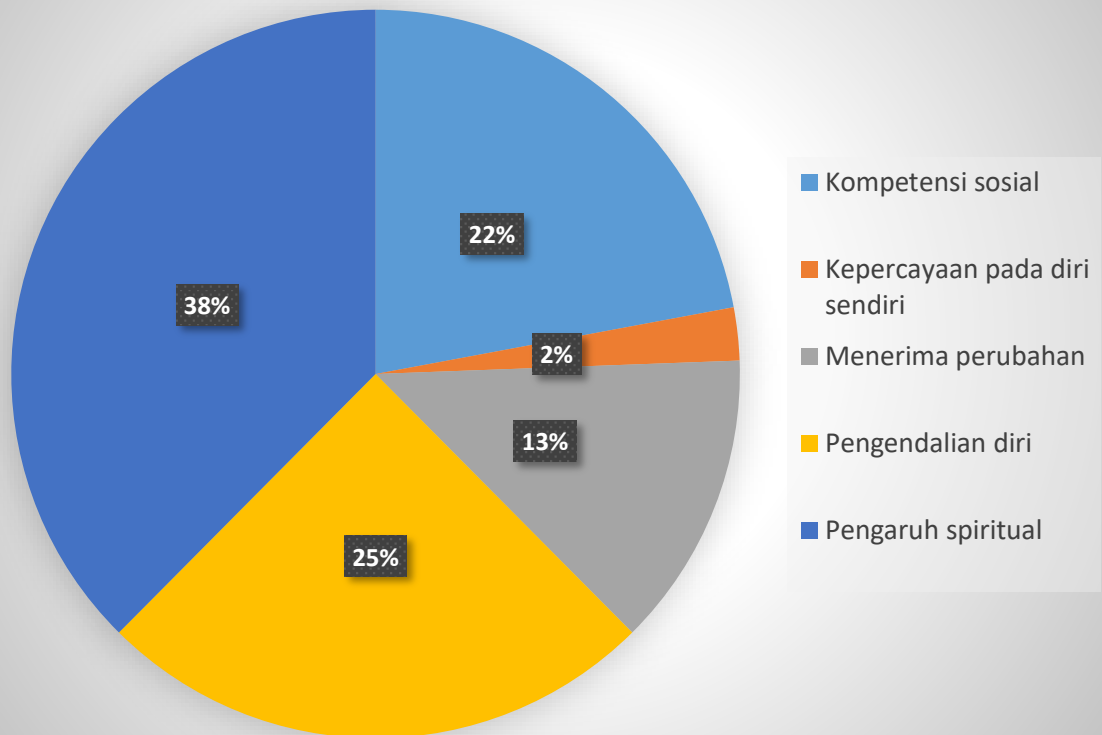
Keterangan :

Skor resiliensi rendah : 0 – 43

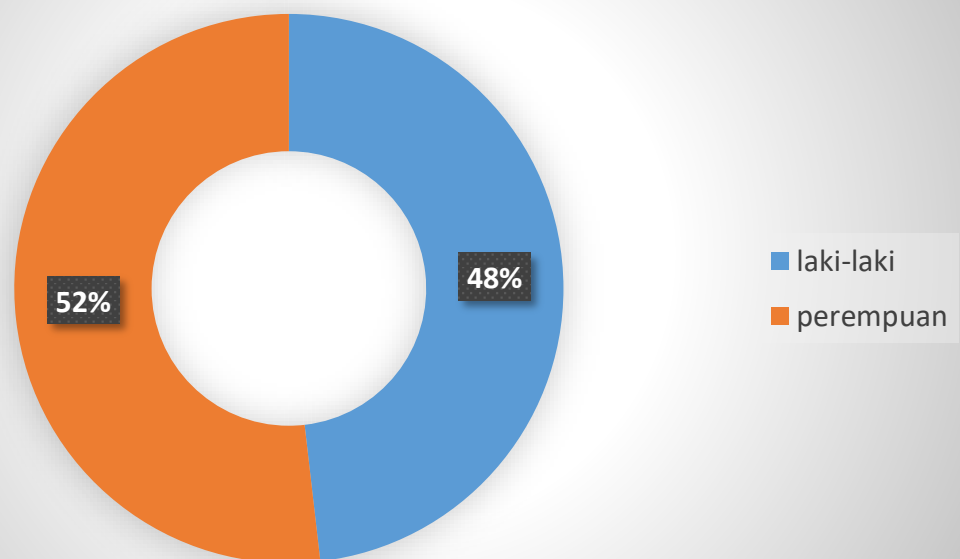
Skor resiliensi sedang : 44 – 67

Skor resiliensi tinggi : 68- 100

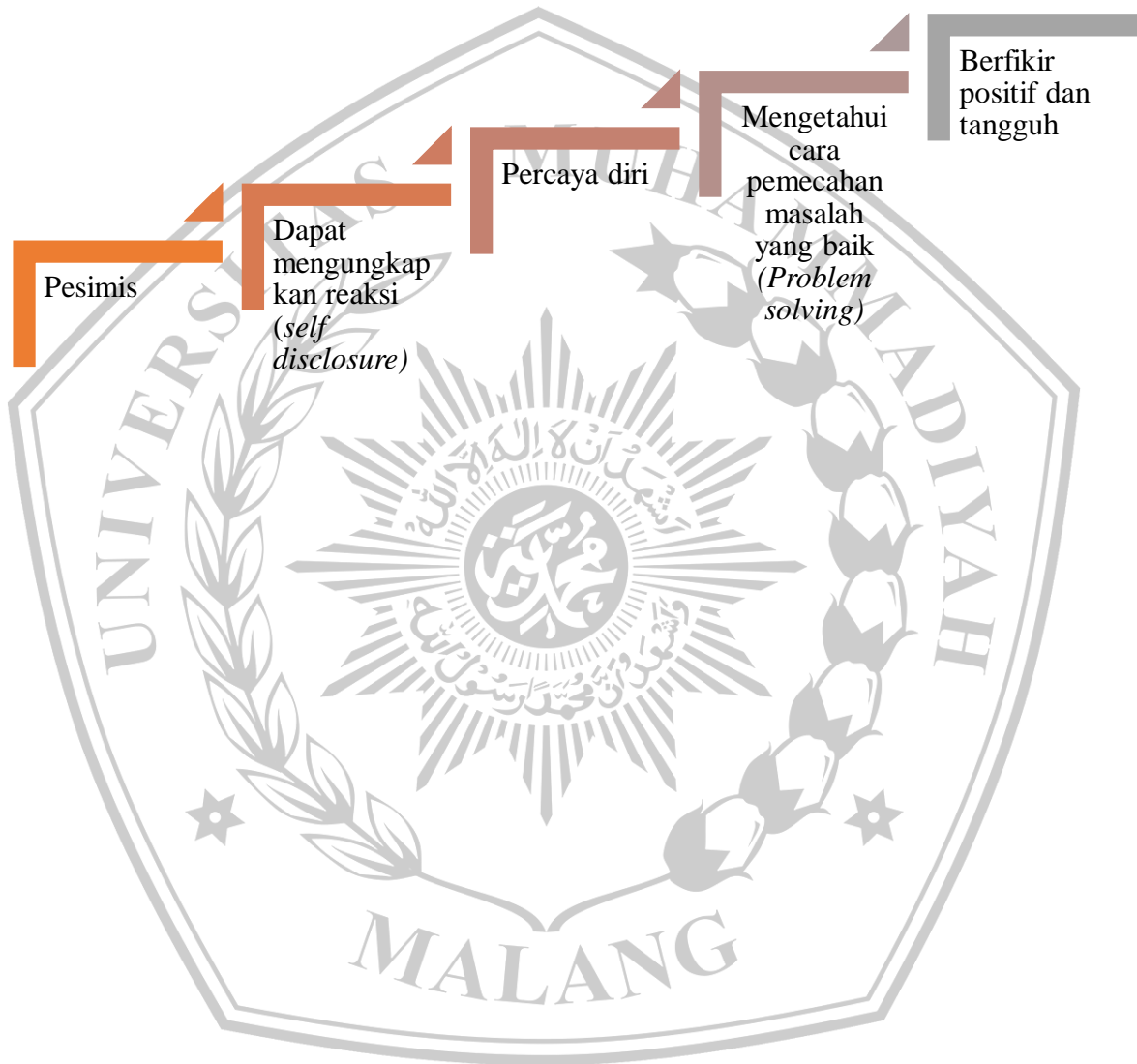
Peningkatan aspek



Perubahan Skor



Proses perubahan Intervensi



Analisis skala *Connor–Davidson Resilience Scale*

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	64	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	64	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.830	25

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
VAR00001	2.45	.991	64
VAR00002	2.66	1.237	64
VAR00003	2.58	1.138	64
VAR00004	1.98	1.076	64
VAR00005	2.28	1.076	64
VAR00006	2.45	1.181	64
VAR00007	2.08	1.360	64
VAR00008	2.73	1.012	64
VAR00009	2.61	1.352	64
VAR00010	2.78	.967	64
VAR00011	2.59	1.019	64
VAR00012	2.48	1.084	64
VAR00013	2.53	.959	64
VAR00014	2.27	.996	64
VAR00015	2.13	1.162	64
VAR00016	2.34	1.027	64
VAR00017	2.23	1.306	64
VAR00018	2.03	1.181	64
VAR00019	2.28	1.240	64
VAR00020	2.30	1.178	64
VAR00021	2.41	1.330	64
VAR00022	2.31	1.125	64
VAR00023	1.78	1.278	64
VAR00024	2.91	1.165	64
VAR00025	3.14	.889	64

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	57.89	148.416	.428	.822
VAR00002	57.69	145.266	.433	.821
VAR00003	57.77	152.849	.198	.830
VAR00004	58.36	143.980	.565	.816
VAR00005	58.06	146.091	.480	.819
VAR00006	57.89	145.813	.439	.821
VAR00007	58.27	147.151	.325	.826
VAR00008	57.61	144.464	.585	.816
VAR00009	57.73	144.071	.426	.821
VAR00010	57.56	151.425	.309	.826
VAR00011	57.75	150.857	.313	.826
VAR00012	57.86	149.805	.330	.825
VAR00013	57.81	152.187	.280	.827
VAR00014	58.08	150.073	.355	.824
VAR00015	58.22	152.396	.208	.830
VAR00016	58.00	145.778	.520	.818
VAR00017	58.11	148.162	.310	.826
VAR00018	58.31	151.456	.236	.829
VAR00019	58.06	150.440	.254	.829
VAR00020	58.05	151.855	.223	.829
VAR00021	57.94	143.075	.468	.819
VAR00022	58.03	151.936	.235	.829
VAR00023	58.56	142.917	.496	.818
VAR00024	57.44	144.536	.494	.818
VAR00025	57.20	151.117	.358	.824

HASIL ANALISIS KAPPA

Pada pengembangan model ini, validitas isi dan validitas konstruk menggunakan metode *expert judgement* atau peneliti ahli yang sesuai dengan bidangnya. Dengan menggunakan 2 orang ahli/pakar, yang pertama adalah psikolog klinis dari Biro Taka Psikologi di kota Malang. Ahli/pakar kedua yang digunakan sebagai *expert judgement* adalah seorang akademisi sekaligus praktisi yaitu sebagai founder Klinik psikologi & penanganan masalah perilaku anak & remaja Beloved Kanti Malang.

Berdasarkan hasil penilaian pakar, diperoleh skor sebagai berikut :

No	No.Item	Skor Pakar 1	Skor Pakar 2
1	1.1	4	5
2	1.2	4	4
3	2.1	4	4
4	2.2	4	4
5	2.3	4	4
6	3.1	4	4
7	3.2	4	4
8	3.3	4	3
9	3.4	4	4
10	3.5	4	4
11	3.6	3	3
12	3.7	3	3
13	4.1	4	3
14	4.2	3	3
15	4.3	3	3
16	4.4	4	4
Jumlah		60	59
Rata-rata		3.75	3.69
Jumlah rerata		7.44	
Rerata		3.72	

Penilaian diatas, merupakan penilaian pakar berdasarkan modul yang telah dibuat, dimana pakar diminta untuk mengisi lembar validasi modul dan memberikan penilaian, dimana nilai (1) bila dinilai sangat kurang, nilai (2) bila dinilai kurang, nilai (3) bila dinilai cukup baik, nilai (4) bila dinilai baik, dan nilai (5) bila dinilai sangat baik. Berdasarkan nilai dari kedua pakar dan diambil rerata maka diperoleh nilai sebesar 3.72 yang berarti masuk dalam kategori cukup baik. Sehingga dapat disimpulkan bahwa modul yang telah disusun sesuai dengan konstruk teori.

Untuk menguji reliabilitas dalam penelitian ini dilakukan dengan menghitung *interrater reliability*, yaitu reliabilitas yang dilihat dari tingkat kesepakatan (agreement) antara rater (penilai). Inter-rater reliability (IRR) adalah yang akan memberikan gambaran (berupa skor) tentang sejauhmana tingkat konsensus atau kesepakatan yang diberikan ahli/pakar. Koefisien IRR yang digunakan adalah koefisien kesepakatan Cohen Kappa (K). rater dalam penelitian ini adalah 2 orang ahli/pakar dalam menilai modul *Treatment* Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar untuk remaja dengan orangtua bercerai. Seorang rater merupakan seorang akademisi dan juga praktikan dan seorang lainnya adalah seorang praktisi. Berdasarkan data hasil penilaian terhadap modul *Treatment* Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar untuk remaja dengan orangtua bercerai, setelah dilakukan analisis maka diketahui koefisien Kappa sebagaimana berikut:

Symmetric Measures

		Value	Asymptotic Standardized Error ^a	Approximate T ^b	Approximate Significance
Measure of Agreement	Kappa	.613	.182	2.887	.004
N of Valid Cases		16			

a. Not assuming the null hypothesis.

b. Using the asymptotic standard error assuming the null hypothesis.

Diketahui koefisien reliabilitas antar rater (Kappa) yaitu .613 yang dapat diinterpretasikan dalam kategori baik / substantial agreement (Landis & Koch, 1977) karena nilai koefisien Kappa berada antara 0.61 – 0.80. Dengan demikian terdapat kesepakatan antar ahli yang baik maka modul dari *Treatment* Resiliensi Berbasis Formulasi Gambar untuk remaja dengan orangtua bercerai dapat dikatakan telah valid dan reliabel.

Uji Wilcoxon Eksperimen

Ranks		N	Mean Rank	Sum of Ranks
posttes - pretes	Negative Ranks	0 ^a	.00	.00
	Positive Ranks	5 ^b	3.00	15.00
	Ties	0 ^c		
	Total	5		

a. posttes < pretes

b. posttes > pretes

c. posttes = pretes

Test Statistics^a

	posttes - pretes
Z	-2.023 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.043

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

Uji Wilcoxon kontrol

Ranks		N	Mean Rank	Sum of Ranks
pos – pre	Negative Ranks	2 ^a	3.50	7.00
	Positive Ranks	3 ^b	2.67	8.00
	Ties	0 ^c		
	Total	5		

a. pos < pre

b. pos > pre

c. pos = pre

Test Statistics^a

	pos - pre
Z	-.137 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.891

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

Uji Mann-Whitney post tes

Ranks				
	penelitian	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Hasil	Kontrol	5	3.00	15.00
	Eksperimen	5	8.00	40.00
	Total	10		

Test Statistics ^a	
	Hasil
Mann-Whitney U	.000
Wilcoxon W	15.000
Z	-2.611
Asymp. Sig. (2-tailed)	.009
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	.008 ^b

a. Grouping Variable: penelitian

b. Not corrected for ties.

Uji Mann-Whitney pre tes

Ranks				
	eksperimen	N	Mean Rank	Sum of Ranks
hasil	kontrol	5	5.80	29.00
	eksperimen	5	5.20	26.00
	Total	10		

Test Statistics ^a	
	hasil
Mann-Whitney U	11.000
Wilcoxon W	26.000
Z	-.315
Asymp. Sig. (2-tailed)	.753
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	.841 ^b

a. Grouping Variable: eksperimen

b. Not corrected for ties.

Tesis (Ade Ayu St semhas) 2

ORIGINALITY REPORT

2%

SIMILARITY INDEX

0%

INTERNET SOURCES

0%

PUBLICATIONS

2%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1

Submitted to Universitas Negeri Jakarta

Student Paper

2%

Exclude quotes Off

Exclude matches < 2%

Exclude bibliography On